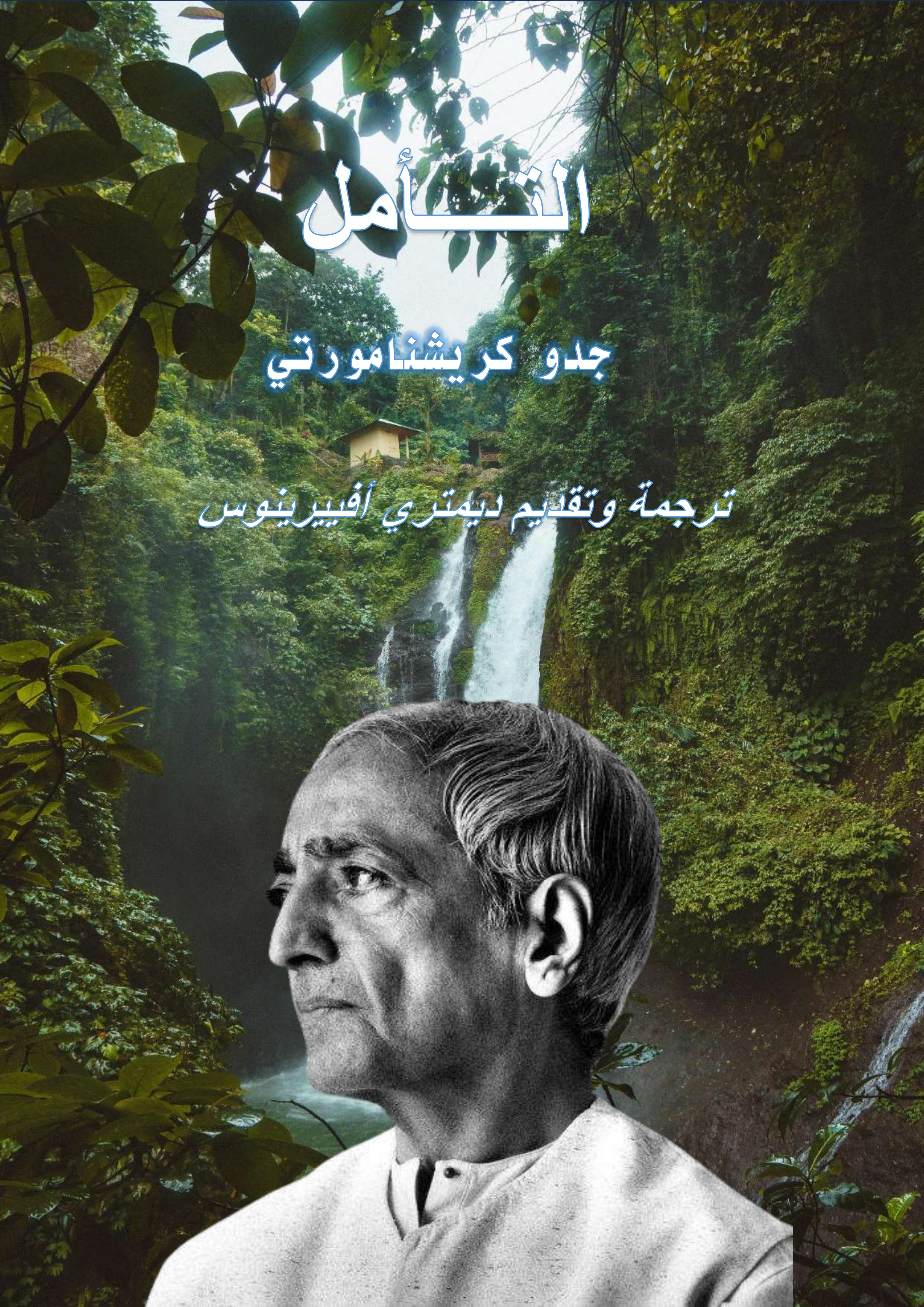

التأمل
جدو كريشنامورتي
ترجمة وتقديم ديمتري أفييرينوس



التــــأمل

التـــأمل



جدو كريشنامورتي

ترجمة وتقديم ديمتري أفييرينوس

معابر للنشر

العنوان الأصلي: Meditations

المؤلف: Jiddu Krishnamurti

ترجمة: ديمتري أفييرينوس

مراجعة و



تصميم ال

جميع الح

الطبعة الأولى ٢٠٠٨

معابر للنشر والتوزيع

سوريا دمشق

ص ب: ٥٨٦٦

هاتف: ٣٣١٢٢٥٧

بريد إلكتروني: maaber@aloola.sy

فهرس





تقـــديـم

ولـــد جِدُّو كريشنامورتي Jiddu Krishnamurti في قرية صغيرة في جنــوب الهند. وبُعيد انتقاله إلى مدينة مــدراس (تَشِنّيْ حــاليا) مع أســرته، تبنته السـيدة آني بيزانـت Annie Besant رئيسة الجمعيــة الثيوصــوفية Theosophical Society، التي احتفتْ به في شبابه بوصفه مسيحاً جــديدًا. وفي العام ١٩٢٩، تخلَّــى كريشنامورتي عن الدور الذي أنيط به، مفككاً التنظيمات "الروحية" التي طوقتْه، منطلقاً في مهمة، وقف لها حياته كلها، لـ "تحرير الإنســان تحــريراً مطلقًا غيــر مشــروط " من القيود والإشراطات كافة، بمـا فيها القيـود الـتي يفرضها الدينُ المنظّم والاتــكال علـى المرجعيات الدينية والروحية المختلفــة، فجـاب العالم طوال ٦٥ سنة، متـكلماً في أوروبا والهنـد وأستراليا والأمـريكتين، حتى قبيل وفاته بأسابيع قليلة.

***

لم يعتنق كريشنامورتي أيّ مذهب، كما لم يــبشِّر بأية عقيدة، بل صــاغ تعليــمه الفريد وحده، منصرفًا انصرافاً كليًّا إلى رصد دائم لآليات الذهن البشري، في كتّابات ومحاضرات ومحـاورات جُمَعَتْ في أكثــر من ٤٠ كتابا وتُرجمــت إلى حوالي ٥٠ لغة. والقضايا الدائمة التـي تصدَّى لهـا، والتي تتناول أصل المشكلات البشــرية وطــبيعة الذهن وكيفية التحرر النفسي وتحقيق الإشـراق الروحي، بوَّأتْه مــكانة خاصــة بوصفه واحـــداً من أكثر متكلِّمي القرن العشـرين وكتَّابه استفزازًا للذهن المستكين إلى يقينياته وتحديًا لمزاعم جحافل المرشدين الجُدُد من أصحاب "الدكــاكين الروحية" الذين يوزعون "التقنيات" و "الوصفات" و"الوعود" التي تزيد بلبلة العالم على بلبلة.

كان كريشنامورتي يريد تحرير البشر نفسيًّا لكي يكونوا على تناغُم مع أنفسهم وأشباههم ومع الطبيعة. وقد علَّم أن الإنسان هو صانع البيئة التي يعيش فيها، وأن إيقاف كابوس العنف المستمر منذ آلاف السنين لا يتم إلا بتحول جذري في النفس البشرية. وقد اكتفى بإعطاء إشارات حول "فن" القيام بهذا التحول؛ إذ ما من طريق ولا منهج لبلوغه: على كلِّ واحد أن يقوم بالعمل بمفرده، دون اللجوء إلى أيِّ معلم أو مرجعية؛ فالحياة بأسرها تصير المعلِّم.

لهذه الأسباب مجتمعة، كانت التربية واحدة من اهتماماته الرئيسية: إذا استطاع الطفل أن يتعلم رؤية إشراطاته الإثنية والدينية والمذهبية والاجتماعية إلخ، التي تقوده حتمًا إلى النزاع، فإنه يقدر عندئذ أن يستوعي أنه العالم وأن العالم فيه؛ ولعله يستطيع بذلك أن يصير كائنًا بشريًّا يتحلَّى بفطنة رفيعة تلهمه السلوك السليم آنا بآن. فالذهن المثقل بالأحكام المسبقة عصيٌّ على الحرية.

***

كريشنامورتي ليس "فيلسوفًا" بالمعنى المألوف للكلمة. فغالبية الفلاسفة يقومون، انطلاقــًا من مسلَّمات يأخذون بها وتشكِّل نواة فلسفتهم، ببناء صرح نظري يبحثون له عن تطبيقات في النشاطات البشرية المختلفة وفي العالم، أما "فكر" كريشنامورتي فيقوم على أُسس نفسانية يمكن التحقق منها "تجريبيا" – شريطة أن يتحلَّى المرء بالجرأة والشجاعة الكافيتين للإقدام على مثل هذه المغامرة – من شأنها أن تحثَّ فيه، دون أدنى عنف أو الجوء إلى مرجعية فكرية خارجية، تحولاً غير متوقَّع يشمل جوانب حياته كافة.

وإن التعمق في دراسة تعاليم كريشنامورتي ليكشف عن آفاق جديدة توطِّد دعائم فكر حرٍّ، نقيّ، متجدد، يتخطَّى الحدود والمقولات التي تفرضها علينا غالبيةُ المناهج والفلسفات والمذاهب الّتي لا تتسبَّب، في الأعم الأغلب، إلا في التجزئة والصراع والفوضى – الأمر الذي يمنح هذا الفكر أفقًا عالمًّيا شاملاً بالغ الأهمية، وخاصة في عصرنا.

***

تعـود معضلة الإنســان الأســاسية، في نظر كريشنامورتي، إلـــى "سـيرورة **الأنا**" the I-process : تلك السيرورة المتمثلة في الرغبة المنـغرسة في **الأنا** في الاستـزادة من الوقود الذي يكفل لها الاستمـــرار في التقوقع على نفسها، ذلك التقـوقع الذي لا يتجلَّى في الأنانية الفردية وفي الشواهد الاجتماعية والتاريخية على عنجهية الإنسان وقسوته وحسب، بل وفي الـمفاهيم الأخلاقية الاجتـماعية السائدة المشبعة بحسِّ التفـوق والـرضا الـذاتي والغرور المقنَّع.

كريشنامورتي من القلّة النادرة من الفلاسفة التي عملت على عقد صلة وثيـقة مباشرة بين التعقيد الحاذق واللامنطقي للنفس البشرية، بكل صراعاتها وإحبـاطاتها من جهة وبين شعلة المحبة المتقدة في الكيان الإنساني، من جـهة ثانية. فهو بإزالته المسافة الوهمية الفاصـلة بين **أنا** الإنسان وبين ما هو حقيقي فيه، أي بين الإنسان كعَرَض والإنسان، كجوهر يحرِّر النفس البشرية من فصام لازَمَها طويلاً. كل ما ليس حقيقياً وآنّيا ومباشراً خاضعٌ للزمن، للصيرورة، أي لإشراطات الذاكرات النفسانية، ولا يقـع، بالـتالي، في حـقل "الإبداع" الخالص، إنه اغتراب عـــن الـذات" auto-alienation بمـعنى قريب من مفهوم إريش فروم للاغتراب.

يضع كريشنا مورتي إصبعه مباشرة على مـوضع العلَّة التي لا يستطيع أي تحـليل نفسي "اختزالي" أو أية تجربة "صوفية" عابرة أن تشفيها - ألا وهـي اعتيـادنا الـقاتل على محاكمة أنفسنا ومقارنتها بالآخرين وإدانتها، وعلى وضع سـلَّم قيم من اخـتلاقنا نحـن ومـن صـُنْع إسقاطاتنا اللاواعية، بدلاً من أن نلزم الصـمت ونبقى فاعـــلين في العالم، حاضرين فـــيه نحيا حياة هي فينـا، بأن نكون، لا كما نرغب في أن نكون، بل *كما نحن* فعلاً.

لذا يقترح علينـــا كريشنامورتي - نحن الذين نلتقي بالمجهول فـــي كلِّ لحظة، مزوَّدين بالذهن (وهو أفكارنا وذاكراتنا ومعلوماتنا المتراكمة) درعاً يدرأ عنَّا "خـطر" مـا نجـهل - تجربة جريئة، قوامها تأمل نقدي عميق في النفس، مصحوب بشكٍّ وانتـباه يقظ يتملَّص من

قبضة الذاكرات والتلقائية الآلية المترسبة فينا عبر الماضي كـــلِّه، ونتفتح فيه زهرةُ كـــلِّ لحظة جديدة بذبول زهرة اللحظة التي سبقتْها، ونتوِّجه يقـظةً نهائية شافية على مـستويات النفس البشرية كافة.

تلكم ثورة كلّية جذرية "نفنى فيها عن نفسـنا"، بالتعبير الصوفي، وعن ذاكراتنا الماضية، فتتفتح فينا "بصيرة" insight وحدها قادرة على الإفصاح لنا عــن الواقـع، واقـع "ما هو موجود" what is – الآن. أما مقاربة الواقع بالـذهن وحده – وهـو الماضي كلُّه – فهي أشبه بـ "ضخّ الدم في جثة ميت"، بحسب تعبير أحد المفكرين.

لا يركن كريشنامورتي إلى كلِّ فعل آلي إلى التـكرار والـرتابة والاعتياد في حيـاتنا النفسية. ففي الذهن أيضاً، كمـا في المادة، نـزوع طبيـعي إلى الاعتياد والتكرار والعطالة؛ وهو نزوع إنْ لم نتداركه في الوقت المناسب ونـفهم سياقه بالكامل، لكفيل بـأن يـستفحل ويتحول إلى هاجس يستحوذ على حياتنـا النفسية برمَّتها.

من هنا يمِّـيز كريشنامـورتي تميـيزاً دقيـقاً بيـن "ذاكـرات الوقائع" (وهي الذاكرات الطبيـعية الـتي لا غـنى لنـا عنها) وبيـن "الذاكرات النفسانية" الـتي تنجم عــن تمـاهي identification "**أنا**" الفرد مع ذاكـرات الوقائع؛ فهذا التماهي الذاتي الذي تقوم به "**الأنا**" الخاضعة لشهوة الديمومة، خوفاً مـن التلاشي والاضمحلال، هـو المسؤول عن استنزاف حيـاتنا الداخلية وعن إحباط مسـاعينا فـي المعرفة الحق للنفس وللعالم.

"**الأنا**"، إذن، ليـــست ســوى حـزمة من أنمـاط السلوك والـعادات التـي يضعها كريشنامورتي ضــمن نطاق "المعلوم" و"الـعادات"، هنا، لا يعني بهـا كريشنامورتي تـــلك الأفعال اليومية البـسيطة الـتي يتعذر من دونها استـمرارُ الفنون والصنائع والعلاقات بين البشر – لا بـل تتعذر الحـياة الإنسانية نفسـها – بل يعني بها تلك التصرفات "الاعتيادية" التي من شـأنها دومـاً إدامـة ردود الفـعل الدفاعـية التـي تحرِّضها أحداثٌ رضِّـية مؤلمة من الماضي. إنها الجـروح النفسية أو النــدوب المتشكلة في النقاط التي تـأذَّت فـيها **الأنا**، بقايا الأفعـال الناقصة التي – لسـبب أو لآخر – لم نعشْها في كلِّيـتها، وبالتـالي لم نفهمها، الأحـداث الرضِّية الـذي لم يتم استيعاؤها أو هضمها.

العالم في حركة دائبة في صيرورة أبدية، **والأنا** بكلِّ ثوابتها ومكابداتها الناجمة عن رغبتها في ديمـومة سكونية، إنما هي مقاوِمة لهـذه الصيـرورة. **الأنـا**، بـنظر كريشنامورتي، هـي الماضي المحفوظ فـي ذاكرة ليست تـوثيقية و/أو وظيفية، بـل ذاكرة – كـونها مـازالـت مشحونة بالانـفعال الموجِع الـناجم عـن الفعل الرضِّـي – موجِّهة لسلوكنا كلِّه، وتنحو إلـى فَـرْضِ مجرى محدَّد على حياتنا كـلِّها وعلى مصيرنا برمَّته. هذه الذاكرة على الرغم من تجدد الحياة الدائم، ترمي بنا، مـع صباح كلِّ يوم جديد، في أزقة مـساعينا القـديمة، وتُكرِهُنا على عَقْـدِ ميـثاق متجدد، لا مع الحياة، بل مـع طموحات ماضينا العقيمة التي تستطيع مـن، جـراء "الالتزام" بهذا الميـثاق غير المَوْعيِّ، أن تتـظاهر بالحياة وتتلقى دفعًا جديدًا.

إن استمرارية **الأنـا** ما هي إلا استمرارية هذه الذاكرة، وديمـــومة **الأنا** إنمـا هــي ديمومة الماضي – ماضٍ ليس إلا جملة تشنجات وأوجاع وقـروح ومقاومـــة متعنتة لـكلِّ خروج عليه أو حياد عنه، لكلِّ صيرورة عفوية، أصيلة، مبدعة.

بذا فإن صراع **الأنا** مع الحاضر يُختزَل إلى صراع بيـن الماضي والحاضر، كما يقول رونيه فويريه. وهذا الصراع هو ما يخلق المفهوم النفسي للماضي؛ أي أن مقاومة الصيرورة التي تكوَّنت لدى وقوع الأحداث الماضـية تخلق فينا معنــى الماضي. ومن جهة أخرى، فـإن عدم إشـباع الرغبات هو الذي يخلق فينا مفهومَ المستقبل – لا المستـقبل الحقيقي الذي سوف يعاش فعلاً وحتما، بـل مستـقبل مفتعَل، ليس فـي حقيقـته إلا، ماضياً، لأنـه، عملياًّ، مكوَّن في حاضر منقـوص، مـن ذكريات ذلــك الماضي. ليس ثمـة "جديد" حقيقي في هذا المستقبل المزيف لأنه ليس سوى صورة مــعكوسة للماضي في مرآة **الأنا**. أما المستقبل الحقيقي، الفعلي، فلا يمكن اختباره إلا كحاضر حي.

عندما تتلاشى مركزية **الأنا**، مع جحافل التناقضات التي تولِّدها في النفس، يــعي المـرء أن مـا كان يـتوسَّم فيه ذاته، ما كان يراه من نفسه ويحسب أنه هـو، لم يكن في حقيقة الأمر إلا صورة ممسوخة عـن ذاته الحـق وقد أضفى عليها صفة الإطـلاق: حـزمة من الأفكـار والانفعالات والرضوض التـي تختزل روعـة الحيـاة، بتـجلِّياتها اللانهائية، إلى

قانون يتوهم أنه سيجد بتطبيقه السعادة التي ينشد، وتُحول، بالتالي، دون تفتحه الحقيقى والكشف عن إمكاناته الأصيلة.

***

تمثل ثورية كريشنامورتي في مقاربته الجديدة فعلاً للعمل على الذات وفي اكتشافه شيئًا ثورياً خارقًا، لم ينتبه إلى أهميته، في غمرة اختبارهم للعالم الداخلي، غالبيةُ المعلّمِين والفلاسفة الروحيين: إذا كان العمل الداخلي يبدأ من "نقطة انطلاق" في حقل الوعي، فإن هذا المنطلَق، بوصفه، منطقياً، لا من يخرج أصلاً عن نطاق **الأنا** (المعلوم)، لا بدّ له من أن يحتجز كلَّ ما ينتج عنه هذا النطاق نفسه. وما يحدث في هذه الحالة من حيث لا نعي، هو نوع من إعادة ترتيب محتويات الوعي "الأنوي" في تشكيلة جديدة نتوهم أنها خبرة جديدة، في حين أنها إلباس القديم ثوبًا جديدًا.

من هنا استحالة أن تختبر **الأنا** شيئاً غير ذاتها ومعطياتها، وضرورة عدم من الانطلاق في سيرورة معرفة النفس من "مركز"، بل إعمال نوع من الانتباه الدائم الذي لا يوجد فيه "أحد" ينتبه، ويكون فيه الراصد والمرصود (أو المراقِب والمراقَب) مندمجين في سيرورة الرصد أو الانتباه – مثل المحبة تمامًا: في لحظة الشعور العميق بالمحبة الحقيقية ما من محب وما من محبوب، وإنما محبة فقط! ("الصديق آخر هو أنت"، كما يقول أبو حيان التوحيدي.) إن ما يميز الخبرة الروحية الأصيلة، في الواقع، هو العجز التام عن مقارنتها بأيٍّ من الخبرات النفسية السابقة (الذاكرة المعلوم)، مما يفسح في المجال شاسعاً لاكتشاف فوري للمجهول في كلِّ لحظة.

هذه الخبرة يعي الإنسان، كلمح البرق، بُطلان **الأنا**، فتتلاشى **الأنا** القديمة وقد صَعَقَها انكشافُ زيفها، وتبلغ طاقة الإنسان، التي كانت تُستهلَك في تغذية تناقضات ينسل بعضها بعضاً، درجةً مذهلة من التركيز، ويبحر الكيان الداخلي في محيط لا ساحل له، في استغراق مطمئن في الحياة الكلِّية يجعله غير قابل للاستغلال ويطفئ فيه الرغبة في

استغلال غيره. والفكـر والعاطفة، اللذان كانـت **الأنا** تحرص على الفصل بينهما، يندمجان في فهم عميق منعتق من إسار الزمن.

عندئذ يستتب تكاملٌ تام في قوى الكيان الداخلي، يتجلَّى في محبة هـي غاية ذاتها، هي أبدية ذاتها. هذه المحبة – وهي، بحسب كريشنامورتي، فعل "التأمل" بعينه – تطلق مواهبنا الحقيقية من عقالها، لأنها لا تختار ولا تـقيِّد؛ إنها أشبه ما تكون بشمس روحية تسطع في مجدها، تشرق بأشعتها الدافئة على الفـراشة والذبابة معاً، وتشمل بنورها المجرم والقـديس – زهرة تنشر أريجها عـلى السـابلة جـميعًا، بصرف النظر عن هوياتهم وانتماءاتهم.

***

ربما وَقَعَ البـاحث المنقِّب على نقاط تشابُه بين "فكر" كريشنامورتي وبين تعاليم العديد مـن حـكماء الهند وفلاسفتها، مـثـل شنكراتشاريا، البوذا غوتاما، رامنا مهارشي، نسر گدا مهاراج، في بحـث هؤلاء عن المبـدأ المطلق أو الأسمى أو في تـعبيرهم عنه، وكذلك بينه وبين الطاوية (لاوتسه، خوانغ تسه) وبـوذية زِنْ. كما قد يعثر الباحث على نقاط التقاء عـديدة بيـن كريشنامورتي وبيـن مفـكرين غربيين كُثُر يصعب حصرها في هذا المقام، مثل كارل غ. يونغ، مؤسِّس علم النفس التحليلي، والأديب هرمَن هسه (ولاسيما في كتابه سيدهرتا)، وغيـرهما. وقد يـجد تقاطعًا بين الانتباه الذي تـكلم عليه كريشنامورتي وبيـن "الحدس" عنـد برغسون: إن كريشنامورتي يلتقي حقـًّا مع برغسون في إصراره على ما هو خلاق وفي تنديده بكلِّ مـا هو آلـي غير تلقائي ولا ينسجم مع "التطور المبدع".

وحين يحيل كريشنامورتي "**الأنا**" إلى القضـاء، وحين يرينا في بـساطة كلَّ التناقضات التي تعيث فيها فسادًا ويجعلنا نعترف بفراغها من كلِّ معنى أصيل، وحين يشدِّد على الحرية والمسؤولية الفرديتين فإنه يقترب من ج.پ. سارتر، عـلى الرغم من الاختلافات العميقة بين الرجلين في القصد والمنهج. غير أنه يتخطَّى في بـراعة، عبر التحول الـداخلي الـحاسـم، المعضلة التي عجز صاحب الوجود والعدم عـن تخطِّيها. بـيد أن فـكر كـريشنامورتي لـيس تخصصيًّا، ولا يندرج ضمن أيِّ منظور تاريخي. فهو يعارض ذوبان الفرد في الجماعة؛ ومع

ذلك يقرُّ، مع كـارل ماركس، بأن **الأنا** هي ثمرة الوسط الاجتماعي. لـكن **الأنا** عنده ليست جوهر الإنسان – وهنا أساس الفرق بين المفكرَيْن. يخاطـب تعليم كريشنامورتي العالم بأسره، لأنه، علـى الرغم من أصوله الهندية، ما انفك يشدد على أنه – نفسـيا – لا ينتـمي إلـى أية قومية ولا إلى أية ثقافة بعينها.

***

حقل التجربة الإنسانية غير مـحدود، وفي وسع الوعي الإنساني أن يتسامى إلى ما لا نهـاية، أو بالأصح، أن يحقق جوهره المـطلق ويـــنعتق من القيود التي تكبِّله كلِّها. إن إمكان تحقيق خبرة الانعتاق هذه كامن في كلِّ إنسان؛ لكن موهبة تحقيقها الكـامل وإيصالها إلى الآخرين معطاة لقلَّة مباركة من بني البشر. وقـد كـــان كريشنامورتي مــن أصحاب هـذه الموهبة في أجلى معانيها، فاسـتطاع، بسبره العـميق لطبيعة "الإشراطات" التي تحول دون الإنسان وتحقيق تجربة الانعتاق، أن يكشف لنا، في عمق الكائن البشري، عــن ينبوع من المحبـــة والفـطنة والإبداع لا ينضب. وتُعتبَر تعاليمُه اليـوم واحةً حـقيقية وسط صحراء المادية (بالمعنى الأخلاقي، لا الفلسفي) المتفاقمة من جهة، والمـثالية الـعاجزة عــن تحقيق ذاتها، من جهة أخـرى، الأمر الذي يجعلها تستحق، بحق، تبـوأ منزلة رفيعة فـي التراث الروحي والفلسفي للإنسانية قاطبة.

***

هذه القطـوف المختارة حـول ماهية التأمل مستقاة مــن كـتب كريشنامورتي التالية: مـفكرة كريشنامورتي، بدايـات الـتعلم، يقظة الفـطنة، فيما يتـعدى العـنف، أنـت الـعالم طـيران النسر، المسألة المستحيلة، الثورة الوحيدة، التحـرر من الـمعلوم، تأملات ١٩٦٩، وأحاديث مع طلاب أمريكيين؛ وقـد نُشِـرَتْ للمرة الأولـى بالـعربية فـي عـدد خـاص خصَّصتْه لكريشنامورتي محلةُ معابــر على الشـبكة العالمية. أما "الذهن في التأمل" و"الخطوة الأولى هـي الخـطوة الأخـيرة"، المـنشوران كـذلك فـي مـعابر، فـهما نـــصاًّ محاضرتين لكريشنامــورتي اقتطفناهـــما مــن كتـــاب كريشنامورتي في الهند ١٩٧٠ – ١٩٧١؛

وقد ارتأينا إضافتهما إلى "التأملات" نظراً لمتاتهما المباشر إلى موضـوع التـأمل وتوضيحهما لمـا قـد يستشكل على القـارئ المستجد في مقاربة كريشنامورتي للمسـائل الوجودية الكبرى.

***

نود أخيرًا، أن نتوجَّه بامتنان خـاشع إلى أستاذنا ندره اليـازجي الذي كان أول مَـن عرّف بالحكيم الكبير إلى قراء العربية؛ إلى راحلين كبيرين: رونيه فـويريه الذي فتح لنا، بكتابه القيِّم عن كريشنامورتي، آفاقاً وراءها آفـاق، وروبير لِنْسِن الذي لن ننـسى لقاءنا به في دارته في بلجيكا وحديثه الحميـم عن كريشنامورتي؛ إلـى الصديق الصدوق سمير كوسا، الدائم الاهتمام لهذه المسائل؛ وإلى الصديق العزيز هڤال يوسف الـذي قـرأ تـرجمتنا قـراءة متـأنية وقـدَّم اقتراحات مفيدة أخذنا بمعظمها.

ديمتري أفييرينوس

تـــأمُّــــــلات

الـذهن المـتأمل ذهن صامت. غير أن صمته ليس الصمت الـذي يمــكن للـفكر أن يتصوره؛ ليس صمت أمسية هادئة؛ إنه الصمت الذي يحل حين يسـكن الفكرُ – بصــوره وكلماته وإدراكاته كلِّها – سكونًا تامًّا. هذا الذهن المتأمل هو الذهن المتديِّن – بمعنى الدين الذي لم تمسسْه الكنيسة أو المعابد أو الأدعية.

الذهن المتديِّن هو تفجر المحبة. هي تلك المحـبة التـي لا تعرف الفَصْل. البعيــد لـديها قريب. إنها ليست الواحد أو الكثير، بل بالأحرى تلك الحـال من المحبة التـي يــكفُّ فيها كل انقسـام. إنــها كالجَمال – لا تخـضع لمقاييس الكلمات من هذا الصمت وحده يعمل الذهن المتأمل.

۞۞۞

التأمل واحد من أعظم الفنون في الحياة – ولعله أعظمها طـراً – ولـيس في مقدور أحد أن يتعلَّمه من أيِّ أحـد – وذلـك هو جماله. لا طريقة له، ولا مرجعية بالتالي عندما نتعلم أمورًا عن نفسك، تراقب نفسك تراقب كـيف تمـشى، كيف تـأكل ماذا تقـول، الثرثرة، الكراهية، الغيرة، – إذا وعيت ذلك كلَّه فـي نفسك، دون أيِّ اخـتيار – فذلك جزء من التأمل.

كذا يمكن للتأمل أن يتم وأنت تجلس في بـاص أو تسير في الغــابات المتـرعة بالنور والظلال، أو تنصت إلى غناء الطيور أو تحدق في وجه زوجتك أو طفلك.

۞۞۞

ما أغرب الأهمية التي صار الناس يُضـفونها على التأمــل! التأمل لا نهـاية لــه، ولا بداية. إنه مثل قطرة المطر: في تلك القطرة توجد الــجداول كلها الأنهار العظيمة، البحار، وشلالات الميـاه. تلك القطرة تغذي الأرض والإنـسان. من دونها تغدو الأرض صحراء. من دون التأمل يغدو القلب صحراء، أرضًا قاحلة.

التأمل هو اكـتشاف ما إذا كان يمكن للمخ، بنشاطاته كلِّها، وبتجاربه كلِّها، أن يهدأ هدوءًا مطلقاً: ليس قسريًّا، لأنك حالـما تقسر ثمة ثنوية. فالكيان الذي يقـــول" :أود أن أحصل على تجارب رائعة ولهـذا يجب أن أحمل مـــخي على الهدوء - "كيان كهـــذا لن يستطيع أن يفعل ذلك أبـداً. لكنك إذا بـدأت تستقصي، ترصد، تصغي إلـى حـركات الفـكر كـــافة، إلى إشـراطه ومـساعيه ومـخاوفه وملذاته فتراقب كيف يعمل المخ - سترى إذ ذاك أن المخ يصير خارق الهدوء؛ وذلك الهدوء ليس نوماً، وإنما نشـاط هـائل، وبالتالي، هادئ الدينامو الضخم الذي يعمل بإتقان يكاد أن لا يصدر صـوتاً؛ فـقط حين يوجد احتكاك يصدر ضجيج.

۞۞۞

الصمت والرحابة متـلازمان. شساعة الصمت هـي عينها شسـاعة الذهن الــذي لا مركز فيه.

۞۞۞

التأمل عمل شاق. إنـه يتطلب أرقـى أشكال الانضباط - ليـس الانصـياع، ليس التقليد، ليس الطاعة - بل انضباط يأتي عبر الانتباه الدائم، ليس إلى الأشياء من حـولك خارجيًا وحسب، بل داخلياً أيضًا. من هنا فإن التأمل ليس نشاطًا عازلاً، بـل هو فعلٌ في الحياة اليومية يتطلب التعاون والحساسية والفطنة. فمن دون وضع أساس لحياة مستـقيمـة يصير التأمل هروباً، وبالتالي لا قيمة له أيًّا تكن. والحياة المستقيمة ليسـت التقيد بالآداب الاجتماعية، بل التحرر من الحسد والجشع والسعي إلـى السلطة - وكلُّها ينسل العداوة. التـحرر من العداوة لا يـأتي عبـر نشـاط إرادي، بل بالانتباه إليها عبر معرفة النفـــس. فمن دون معـــرفة نشاطات النفس، يصـير التأمل مجرد استثارة حسية، وبالتالي، غير ذي مغزى يُذكَر.

السعي دومًا إلى تجارب أوسع، أعمق، تجارب تجاوُزية، هو شكل من أشكال الهروب من الواقع الفعلي لـ "ما هو موجود - وهو نحن ذهننا المشروط نحن. الذهن اليقظ، الفَطِن الحر - ما حاجته إلى أية "تجربة"، ما العلَّة تحصيله أية "تجربة" أصلاً؟ النور هو النور؛ إنه لا يطلب نوراً من أكثر.

۞۞۞

التأمل واحد من أكثر الأشياء خَرْقًا للعادة، وإذا لم تكن تعرف ما هو فأنت أشبه بالأعمى في عالم من الألوان الساطعة والظلال والضوء المتحرك. إنه ليس قضية فكرية، ولكنْ حين يلج القلبُ في الذهن، يتصف الذهنُ بخاصية مختلفة تمامًا؛ إنه يكون حينئذٍ غير محدود حقاً ليس في قدرته على التفكير وعلى العمل بفعالية وحسب، بل كذلك في شعوره بالحياة وسط فضاء شاسع تكون فيه جزءاً من كلِّ شيء.

التأمل هو حركة المحبة. وهذه ليست محبة الواحد أو الكثير. فهي أشبه بماء يستطيع أي أحد أن يشربه من أية جرة، من ذهب كانت أم من تراب: إنه لا ينضب. ويحدث شيء عجيب، ما من عقار أو تنويم ذاتي يمكن له أن يستجلبه: فكأن الذهن يلج في ذاته، بادئا بالسطح، ثم سابرًا أعمق فأعمق، حتى يعدم العمق والعلوُّ معناهما وتتعطل أشكالُ القياس كافة. في هذه الحال يستتب سلامٌ تام - ليس الرضا الحاصل من خلال الإثابة - بل سلام يتصف بالنظام والجمال والكثافة. بالإمكان تدميره كله، مثلما يمكن لك أن تدمِّر زهرة؛ ومع ذلك، بسبب هشاشته نفسها، فهو غير قابل للتدمير. هذا التأمل لا يمكن لأحد أن يتعلَّمه من غيره. عليك أن تبدأ دون أن تعرف شيئًا عنه، وتتحرك من براءة إلى براءة.

التربة التي يمكن للذهن المتأمل أن ينبت فيها هي تربة الحياة اليومية: الكفاح، الوجع، والفرح الهارب. يجب أن يبدأ من هناك، فيجلب النظام، ومنه يتحرك إلى ما

لا نهاية. لكنك إذا كنت مهتماً باستتباب النظام وحسب، إذ ذاك فإن ذلك النظام بعينه سوف يستجلب محدوديته نفسها، والذهن سوف يصير سجينًا لها. في هذه الحركة كلِّها، عليك أن تبدأ، على نحو ما، من الطرف الآخر، من الضفة الأخرى، ولا تهتم دوماً لهذه الضفة أو لكيفية عبورك للنهر. عليك أن تجرؤ على الغطس في الماء، من دون أن تعرف كيفية السباحة. وجمال التأمل هو في أنك لا تدري أبدًا أين أنت، إلى أين أنت ماضٍ، وما هي النهاية.

۞۞۞

التأمل ليس شيئًا مختلفًا عن الحياة اليومية. فلا تنتبذ مكانًا في زاوية غرفة وتتأمل مدة عشر دقائق، ثم تخرج منها وتكون جزارًا – مجازاً وفعليًّا معًا.

التأمل أمرٌ من أكثر الأمور جدية. بمقدورك أن تفعله النهار بطوله، في المكتب، مع الأسرة، حين تقول لأحدهم "أحبك"، حين تعتني بأطفالك. لكنك من بعدُ تربِّيهم على أن يصيروا جنودًا، على القتل، على القومية، على عبادة العَلَم، تربِّيهم على الوقوع في فخِّ العالم الحديث هذا.

رصدُك هذا كلَّه، وإدراكُك إسهامَك فيه – ذلك كله جزء من التأمل. وحين تتأمل على هذا النحو ستجد في ذلك جمالاً خارقاً؛ سوف تفعل على الوجه السليم في كلِّ لحظة. وإذا لم تفعل على الوجه السليم في لحظة معينة فلا تبالِ؛ فسوف تتابع من حيث توقفت – لن تضيِّع الوقت في الندم. التأمل جزء من الحياة، وليس شيئا مختلفا عن الحياة.

۞۞۞

إذا عقدت العزم على التأمل، فهذا لن يكون تأملاً. إذا نويت أن تكون طيباً، فالطيبة لن تزهر أبداً. إذا روضت نفسَك على التواضع، فهو يكف عن أن يكون. التأمل

هو النسمة التي تدخل حين تترك النافذة مفتـوحة؛ لـكنك إذا تـعمدت تركها، مفتوحة تعمدت دعوتها إلى المجيء فلن تظهر أبدًا.

۞۞۞

التأمل ليس وسيلة إلى غاية، إنه الوسيلة والغاية معًا.

۞۞۞

أي شيء خارق هو التأمل! إذا كان ثمة أي نوع من أنواع القسر أو الـجهد لجعل الفكر ينصاع، يقلِّد، إذ ذاك فإنه يصير عبئًا مرهقاً. الصمت المرغوب لا يعود منوِّراً، إذا كان سعياً إلى رؤى وتجارب، فإنه يقود عندئذ إلى الأوهام والتنويم الذاتي. ليس للتأمل من مغزى إلا تفتُّح الفكر، وبالتالي إنهاء الفكر. والفكر ليس في مقدوره أن يتفتح إلا في الحرية، لا في نماذج المعرفة المتسعة أبدًا. قد تمنح المعرفة تجاربَ أَجَدَّ ذات إحساس أعظم، لكن ذهناً يسعى إلى تجارب من أيِّ نوع ذهنٌ غير ناضج. فالنضج هو التحرر من التجارب كلِّها؛ إنه لا يعود خاضعًا لتأثير أن نكون أو لا نكون.

النضج في التأمل هو تحرير الذهن من المعرفة؛ إذ إن هذه المعرفة تشكل التجارب كلَّها وتتحكم فيها. والذهن الذي يكون نورًا لنفسه لا يحتاج إلى أية تجربة. عدم النضج هو تشهِّي تجربة أعظم وأوسع. أما التأمل فهو تجوال عبر عالم المعرفة والتحرر منه للولوج في المجهول.

۞۞۞

على المرء أن يكتشف بنفسه، لا عبر أيِّ شخص آخر. لقد عانينا من مرجعية المعلِّمين والمخلِّصين والأساتذة. فإذا أردت حقًّا أن تكتشف ماهية التأمل، عليك أن تنحِّي جانبًا المرجعياتِ كلَّها تنحيةً تامة وكاملة.

֍֍֍

السعادة واللذة، تستطيع شراءهما من أيِّ سوق لقاءَ لمن ما. أما الغبطة فلا تستطيع شراءها – لا لنفسك ولا لسواك. السعادة واللذة كلاهما يشدانك إلى الزمن. أما الغبطة فلا توجد إلا في الحرية الكاملة. اللذة – كالسعادة – تستطيع أن تفتش عنها، وتجدها بطرق شتى؛ لكنهما تأتيان وتذهبان. أما الغبطة – ذلك الشعور العجيب بالفرح – فلا دافع إليها. ليس في إمكانك أن تفتش عنها أبدًا. إذ حالما تحضر، بحسب حالتك الذهنية، تبقى – لا زمنية، لا سببية – شيئًا لا يقاس بالزمن. التأمل ليس طلب اللذة، ولا هو التفتيش عن السعادة. التأمل، على العكس، هو حالٌ ذهنية خالية من أيِّ مفهوم أو صيغة، وهو، بالتالي، حرية كاملة. في مثل هذا الذهن وحده تأتي الغبطة – بلا سعي ولا دعوة. وهي حالما تحضر، على كونك قد تعيش في العالم، بكلِّ ضوضائه ولذته وقسوته، لن تمسَّ هذه ذلك الذهنَ. حالما تحضر يتوقف النزاع. غير أن إنهاء النزاع ليس الحرية التامة بالضرورة. التأمل هو حركة الذهن في هذه الحرية. وفي هذا التفجر من الغبطة تصير العينان بريئتين وتكون المحبة حينئذٍ بَرَكة.

֍֍֍

لست أدري إن كنتَ قد لاحظت يومًا أنك حين تولي انتباهك كاملاً يسود صمتٌ تام. في ذاك الانتباه لا حدود ثمة، ولا مركز، بوصفه "**الأنا**" الذي يعي أو ينتبه. ذاك الانتباه، ذاك الصمت، هو حال تأمل.

֍֍֍

نكاد لا نصغي إلى نباح كلب إلى بكاء طفل، أو إلى ضحكة رجل وهو يمر. إننا نفصل أنفسنا عن كلِّ شيء، ثم، من هذه العزلة، ننظر ونستمع إلى الأشياء كلِّها. هذا الفصل عينه هو الفصل الشديد التدمير؛ إذ إن فيه يكمن النزاع والتشويش. لو كنت

تصغـي إلى صلصلـة تلك الأجراس في صمت تام لكنتَ ركـبتَها - أو، بالحـري، لكان الصوتُ حَمَلَك عـبر الوادي حتى أعلى التلة. لـن تـشعر بجماله إلا حين لا تكونان - أنت والـصوت - منفـصلين، حـين تكون جـزءًا مـنه. التـأمل هو إنهاء الفَصْل، لكـنْ ليس بواسطة أيِّ فعل إرادة أو رغبة.

التأمل ليس شيئًا منفصلاً عن الحياة؛ إنه جوهر الحياة بعينه، جوهر العيش اليــومي نفسـه. والإصغاء إلى هاتيك الأجراس، الإصغاء إلــى ضحكة ذلك الفـلاح وهو يسيـر مع زوجته الإصغاء إلى رنين الجرس على دراجـة البنت الصغيرة وهـــي تقودهـا على مقربة: إنها الحياة بكلِّيتها يفتحها التأمل، وليس جزءًا منها وحسب.

๑๑๑

التأمل هو رؤية الموجود والذهاب إلى أبعد منه.

๑๑๑

الإدراك من غير الكلمة، أي مـن غير فكر، هو واحد من أغرب الظاهرات. إذ ذاك يكون الإدراك أكـثر حدَّة بـكثير، ليس بالمخ وحده، بـل بالحواس جميعًا أيضًا. مثل هذا الإدراك ليس هو الإدراك المجزَّأ للفكر، ولا هـو من شؤون الانفعالات. بالإمكان تسميته إدراكًا كلًّيا، وهو جزء من التأمل. الإدراك مـن غيـر المدرِك في التـأمل هــو التواصل مع ارتفاع الشاسع وعـمقه. وهذا الإدراك مختلف اختلافاً كلياًّ عـن رؤية موضـوع من دون راصد، لأن في الإدراك التأملي لا موضوع، ثمة، وبالتالي لا تجربة. غير أن التأمل يمكن له أن يجري والعينان مفتوحتان والمرء محاط بموضوعات شتى. لكن هذه الموضوعـات حينئذٍ ليست بذات أهمية على الإطلاق. المرءُ يراها، لكن من دون وجود عملية تعرُّف، مما يعني عدم وجود اختبار.

ما معنى مثل هذا التأمل؟ لا معنى ولا نفع. لكن في ذاك التأمل ثمــة حركة وَجْـدٍ عظيم لا يصح أن يلتبس باللذة. إنه الوَجْد الـذي يَهَبُ العينَ والمخَّ والقلبَ صفةَ البراءة.

من دون رؤية الحياة كشيء جديد بالكلِّية، تُختزَل هذه إلى الروتين إلى السـأم إلى شـأن تافه. لذا فإن التـأمل عظيم الأهمية. إنه يفتح الباب على ما يستعصي على الحساب على مـا لا يقاس.

۞۞۞

لتأمل لا يجري أبدًا في الزمن. فالزمن لا يـمكن له أن يستجلب التحول؛ يمكن لـه فقط أن يُحدِث تغييرًا، يحتاج إلى أن يتغير مجددًا، ككلِّ إصلاح. التأمل المنبثق من الزمن مقيَّد دومًا ولا حرية فيه – ومن دون الحرية ثمة دومًا اختيار ونزاع.

۞۞۞

علينا أن نبـدل بنيان مجتمـعنا، مظالمه، مناقبيته الفظيعة، التـقسيمات التـي اصطنعها بين الإنسان والإنسان، الحـروب، الافتقار التـام إلى المودة والمحبة الذي يدمِّر العالم. إذا كان تأملك مجرد أمر شخصي، شيئًا تستمتـع بـه شخـصيًّا، فإنه عندئذٍ ليس تأملاً. التأمـل ينطوي على تغير جذري تام في الذهن وفي القلب. وهذا ممكن فقـط بوجود هذا الحس الخارق بالصمت الداخلي – وذاك وحـده يستجلب الذهن المتدين. ذاك الذهن يعرف ما هو مقدس.

۞۞۞

الجمال يعني الحساسية – جسماً حسَّاسًـا – الأمـر الذي يـقتضي حِمْيَة سليمة، طريقة عيش سليمة. إذ ذاك فإن الذهن في صورة طبيعية، ومن حيث لا ندري يصـبـح هـادئًا حتمًا. ليس في مكنتك أن تجعـل الذهـن هادئًا، لأنك أنت مسـبِّب البلبلة، أنت نفسك مضطرب، قَلِق، مشوَّش – فكيف يسـعك أن تـجعل الذهـن هـادئًا؟ لكنك حين تفهم ماهية الهدوء، حيـن تفهم مـاهية التشويش ماهية الأسـى، ومـا إذا كـان فـي الإمكان

إنهاء الأسى يــومًا، وحين تـفهم اللذة، إذ ذاك، يتمخض ذلك كلـُّــه عــن ذهــن خارق الهدوء؛ لست في حاجة إلى السعي في طـلبه. علـيك أن تبدأ من البداية، والخطوة الأولى هي الخطوة الأخيرة – وهذا هو التأمل.

۞۞۞

التأمل هو التبرؤ من الزمن.

۞۞۞

التأمل ليس هروباً من العالم، ليس نشاطًا عازلاً، مسيـِّجًا للذات، بـــل هو بالحـري فهم العالم ووسائله. ليس لدى العالم ما يـقدِّمه إلا القليل ما خـــلا المـأكـل والمــلبس والمأوى واللذة، بمآسيها الكبيرة.

التأمل هو التجوال بعيدًا عن العـالم: عـلى المـرء أن يكون غريبًا تمامًا. إذ ذاك يكون للعالم معنى، ويـكون جمال السماوات والأرض دائـمًا. حينذاك فإن المـحبـة لا تكـون اللذة. ومن هنا ينطلق كل فعل ليس نتاجًا للتوتر والتناقض والبحث عن تفوق الذات أو ضلالة السلطان.

۞۞۞

إذا تعمَّدت اتخـاذ موقف، أو وضعية لكي تتأمل، عندئذٍ يصـير الأمـر ألعــوبة لعبة من ألاعيب الذهن. إذا عـزمت على استخـلاص نـفـســك مـن تشويش الحياة ومـن بؤسها، عندئذٍ يصـير التأمل تجـربة من تجارب المخيِّلة – وهذا ليس التـأمل. على العـقل الظاهر أو العقل الباطن ألا يتـدخلا فيــه؛ لا ينـــبغي لهمـا حتى أن يعيا مـدى التأمل وجماله – فإذا وعياهما، لك أن تستعيض عن الأمر بشراء رواية رومانسية وحسب.

في الانتباه الكامل للتأمل ليس ثمة معرفة، ولا تعرُّف، ولا تذكُّر لشيء مـا قد سَبَقَ أن حصل. فالزمن والفكر قد بلغا منتهاهما تمامًا؛ إذ إنهـما الـمركز الذي يـحدُّ من رؤيته نفسها.

في لحظة النـور، يـذوي الفكرُ متلاشياً، والجهد الواعـي للاختبار ولتذكُّرة هـو الكلمة التـي انقضـت الكـلمة التي انقضت – والكـلمة ليست حقيقة الشـيء أبدا. فـي تلك اللحظة – وهي ليست مـن الزمن – يـكون الأقصى هو الآني؛ لكن ذلك الأقصى عديم الرمز، لا يأتي من شخص، ولا من إله.

۞۞۞

التأمل هو اكتشاف ما إذا كان ثمة مجال لم تصبْه بعدُ عدوى المعلوم.

۞۞۞

التأمل هو تفتح الفهم. والفهم لا يقع ضمن نطاق الزمن؛ فالـزمن لا يجلب الـفهـم أبداً. الفهم ليـس سيرورة متدِّرجة، بـحيث ينبغي تحـصيلُه شيئًا فـشيئًا في عـناية وصبر؛ فالفهم يكون الآن أو لا يكون أبدًا. إنـه ومـضـة مـدمِّرة، وليـس قضية محابـاة. وهذه الانتفاضة هي التي يخشاها المرء، وبالتالي، يتجنبها من حيث يدري ومن حيث لا يدري. فمن شأن الفهم أن يغير مسار حياة المرء طريـقة تفكيره وعمله؛ قد يبدو قولُ ذلك لـطيفاً أو لا يبدو كـذلك، لكن في الفهم خـطراً على العلاقات كلِّها. لـكنْ مـن دون الفـهم، سيستمر الأسـى لا محالة. فالأسـى لا يـنتهي إلا مـن خلال معرفة النفس، وعي كلِّ خاطرة وكلِّ شعور، كـلِّ حـركة للواعية ولما مستور. التأمل هـو فـهم الوعي – الخفـي والصريح – والحركة التي تجري أبعد من كلِّ فكر وشعور.

۞۞۞

كان صباحًا من تلك الأصباح البديعة التي لم تكن قط. كانـت الشمس قـد بدأت تشرق لتوِّها، وكنتَ تـراها بين أغـصان أشـجار الكينا والصـنوبر. كانت على صفحة المياه ذهـبيةً، مُسْمَرَّة – نورًا كالـذي يـوجد فـقط بين الجبال والبحر كـان صباحًا مـن تـلك

الأصباح الصافية، المذهلة، الممتلئة بذاك النور الغريب الذي لا يراه المرء بعينيه فقط، بل وبقلبه أيضًا. وحين تـراه، تكون السماوات قريبة جداً من الأرض، وتـكون أنـت ذاهلاً عن نفسك في الـجمال. ليتك لا تتـأمل أبدًا جهرًا، أو في صـحبة آخر، أو وسط مجموعة: تأمَّلْ وحدك، في سـكينة الليل، أو في الصباح الباكر السـاكن. وحـين تتـأمل وحـدك، فلتكنْ وحدتُك وحــدةً حقاً. كـن وحدك تماماً، لا تتبع نظـاماً منهجًا، أو تـكرر كلمات؛ لا تلاحق خاطرة أو تشكِّل فكرة بحسب رغبتك.

هذه الوحدة تأتي حين يكون الذهن متحررًا من الفكر. فعندما تكون ثمة مـؤثرات من الرغبـة أو مــن الأشيـاء التي يسعى إليـها الذهن، سواء في المستقبـل أو فـي الماضي، ليس ثمة وحدة. في شساعة الحاضر فقط يأتي هذا التوحُّـد. وحينئذٍ، في السِّرية الهـادئـة التي يتوقف فيها كـل تواصُل، والتي يغيب فيـها الراصد، بشهواته ومشكلاته الحمقاء – إذ ذاك فــقط، في ذلك التــوحُّد الهادئ، يصـير التأمـل شيئًا لا تستوعبه الكلمات. إذ ذاك يكون التأمل حركة أبدية.

لست أدري إنْ كنت قد تأملت يوماً، أو إذا اتفق لك يـوما أن تكــون وحــدك، بمفردك، بعيدًا بعيدًا عن كلِّ شيء، عن كلِّ شخص، عن كــلِّ خاطر ومـسعى، إذا اتفق لك يـوماً أن تكون وحدك تماما – غير منعزل، غير منكفئ إلى حـلم أو رؤيا مـا من بنات المخيِّلة، بحيث لا يبـقى فيك شيء قابل للتعرف، لا شيء تلمسه بالفـكر أو بالشعور– فـــي مـكان قصيٍّ إلى حدِّ أن الصمت نفسـه، في تلك الوحدة المتـرعة، يصيـر الزهرة الـوحيدة، النور الأوحد، والجوهر اللازمــني الذي لا يـقاس بالفكر. فقــط فــي مثل هــذا التأمل تتكون المحبة. لا تأبه للتعبير عنها: فهي ستعبِّر عــن نفسها لا تستعملْها. لا تحاول أن تفعِّلها: فهي سوف تفعل من تلقاء ذاتــها. وحين تفعل، ففــي ذلك الفعل لـن تكون ثمة حسرة، ولا تناقض، ولا شيء من بؤس الإنسان وشقائه.

تأمَّلْ وحدك، إذن اذهلْ عن نفسك. ولا تـحاول أن تتذكر أيــن كنت. إذ إنك إذا حاولت أن تتذكر سيكون الأمر شيئًا ميتًا. وإذا تشـبثت بــذكراك عنـه، إذ ذاك لن تكون

وحدك أبدًا من جديد. تأمَّلْ إذن، في تلك الوحدة اللانهائية، في جمال تلك المـحبة، في تلك البراءة، في الجديد أبداً – إذ ذاك تستولي عليك الغبطة التي لا تفنى.

السـماء شديدة الـزرقة – الـزرقة الـتي تـأتي بُعيد المطر – وهـذه الأمطار هطلت بعد شهور عديـدة من القحط. بعد المطر تكون السماوات قد استحمَّت وعادت نـقـية، التلال تبتـهج، والأرض تسـكن. وعلى كلِّ وريقـة شجر ينـطبع نورُ الشمس؛ والشعور بالأرض يكـون شديد القرب منك. تأمَّلْ، إذن، في خفايا قـلبك وذهنك السِّرية نفسها، التي لم تستكشفها قط.

๑๑๑

ليس التأمل وسيلة إلى غاية؛ إذ ما من غـاية ثمة، وما من وصول. إنـه حركـة في الزمن وخارج الزمن . كل نظام، كل منهج، يشد الفكرَ إلى الزمن؛ أما وعي كلِّ خاطرة وشعور، من دون اختيار، وفهم دوافعهما، آليتهما، والسمـاح لهما بالتفتـح، فهو بـدايـة التأمل. حـين يزهر الفكر والشـعور ويمـوتان، يـكون التأمل هو الحـركة فيما يتعدى الزمن – وفي هذه الحركة وَجْد. ففي الفـراغ التام تكون المحـبة؛ ومع المحبة هناك دمار وخَلْق.

๑๑๑

التأمل هو ذاك النـور في الذهن الذي يـنير سبـيل العمل؛ ومن دون ذاك النور ليس ثمة محبة.

๑๑๑

التأمل ليس الصلاة أبدًا. الصلاة، التضرع، يـولدان من الإشفاق على الـذات. أنت تصلي حين تكون في مأزق، حين تعاني مـن الأسى؛ لكنْ حيـن تكون ثمة سعادة، فرح لا مجال للضراعة هذا الإشفاق الذاتي، المنـغرس عميقـاً في الإنسـان هـو جذر الفَصْل. فما

يكون منفصلاً - أو يظن نفسه مـنفصلاً، ساعياً أبدًا في التماهي مع شيء لـيس منفصلا- لا يجلب إلا المزيد من الانقسام والوجع. ومن قلب هذا التشـويش يـضرع المرء صـارخًا إلى السماء، أو إلى الزوج، أو إلى إله ما مِن صُنْع الذهن. وهـذه الصـرخة قد تجد جوابًا عنها، لكن هذا الجواب هو صدى الإشفاق الذاتي في انفصاله.

تكرار الكلمات الصـــلوات، منوِّم ذاتيًّا، مطوِّق للذات، مـدمِّر. وعَزْلُ الفكـر يـقـع دومًـــا ضمن مجال المعلوم، وإجابة الصلاة هي استجابة المعلوم. التأمل بعيـد عــن هـــذا كلِّه. فالفكر عاجز عن ولوج هذا المجال، إذ ما فَصْل ثمة، وبالتالي مـا من هوية. التأمل يتم في الهواء الطلق، ليس للسِّرية من مكان فيه كل شيء صريح واضح، - وعندئذٍ يكون جمال المحبة.

۞۞۞

في هذا الصباح كانت صفةُ التأمل هي العدم، الفــراغ التام من الزمن والمكان. وهذا واقع، وليس من قبيل الأفكار أو محيِّرات الظنون المتعارضة. يجد المرء هذا الفراغ الغريب حين يذوي جذرُ المشكلات كلها متلاشياً. وهذا الجذر هو الفكر، الفــكر الـذي يـــقسِّم ويتشبث. في التأمل يصير الذهن، فعلاً، فارغاً من المـاضي - أن مـع أنه يستطيع يستعمل الماضي بوصفه فكرًا. وهذا يدوم طوال النهار، وفي الليل يكون النوم هو الفراغ من الأمس، وبالتالي، يلامس الذهن ما هو لازمني.

۞۞۞

ليس التأمل مجرَّد السيطرة على الجسم والفكر، ولا هو بطريقة بعينها للشهيق والـــزفير. على الجسم أن يبقى ساكنًا صحيحًا، وغير مُجْهَد، وعلى حساسية الشعور أن تحتدّ ويحافَظ على سلامتها، وعلى الذهن، بكلِّ ثرثرته وتقلباته وتلمُّساته أن يؤول إلى السكوت. فالـــبدن ليس هو ما يجب البدء منه، بل بالحري الذهن بآرائه وأحكامه المسبقة واهتمامه لذاته، هو مـــا

يجب الالتفات إليه. حين يكون الذهن صحيحًا وحيويًّا ونشيطًّا يستدق الشعـور ويتـصـف بحساسية فائقة وإذ ذاك فإن الجسم، بفطنته الطبيعية التي لم تُفسِدها العادةُ والذوق، سوف يعمل كما ينبغي له أن يفعل.

عـلى المرء، إذن، أن يبدأ بالذهن ولـيس بالجسم – الـذهن بوصـفه الفـكر وتنوعات التعبير عـــن الفكر. مجرَّد التركيز يجعل الفكر ضيقًا، محدودًا، وهشيمًا؛ لكن التركيز يـأتي كـشيء طبيعي حين يكون ثمة وعيٌ لأساليب الفكر. وهذا الوعي لا يأتي من المفكِّر الذي يـــتخيَّر ويستبعد، يتشبث وينبذ. هذا الـوعي لا اختيار فيه وهو يحيط بالخارج وبالداخل معًا؛ إنه سريان متبادل بين الاثنين، بحيث ينتهي التقسيم بين الخارجي والداخلي.

الفكر يدمِّر الشعور – الشعور بوصفه المحبة. فالفكر لا يقدِّم شـيئًا سوى اللذة؛ وفـــي السعي إلى اللذة تُنحَّى المحبة جانبًا. فلذة الأكل، لذة الشرب، تـستمد ديمومتها مـن الفكر، ومجرَّد السيطرة على هذه اللذة التي يستجلبها الفكر أو قمعها لا معنى له؛ إنــه لا يولِّد سـوى مختلف أشكال النزاع والقَسْر.

الفكر – وهو من طبيعة مادية – ليس بمقدوره طلب ما يتعدى الزمن؛ إذ إن الفــكر هو الذاكرة، والاختبارُ في نطاق تلك الذاكرة ميتٌ كورقة شجر من الخريف الماضي، سواء بسواء.

في وعي هذا كلِّه يـأتي الانتباه، الذي ليـس نتاج عدم الانتباه. فعـدم الانتباه هو الذي يملي عادات الجسم اللذيذة ويذيب حـدَّة الشعور. وعدم الانتباه لا يمكن له أن يصير انتباهاً. أما وعي عدم الانتباه فهو انتباه.

إن رؤية هذه السيرورة المعقدة برمَّتها هي التأمل، الـذي منه وحــده يحلُّ النظام في هذا التشويش. وهذا النظام مطلق، مثله كمثل النظام في الرياضيات؛ ومـن هذا النظام يتم العمل – الفعل الآني المباشر. والنظام ليس الترتيب والتصميم والتناسب: فهـذه تأتي بعده بوقت طويل. النظام ينبثق من ذهن غير مزدحم بأشياء الفكر. وحين يصـمت الفكر يسود فراغ، هو النظام.

۞۞۞

كان نهراً رائعًا حقًّا، وسـيعًا عميقًا على ضـفتيه مدنٌ كثيرة جداًّ، لا يبالي في حرِّيته بشيء، ومع ذلك لا يترك ذاته على عواهنها. كانـت الحياة كلُّها هـناك على ضفتيه: حقول خضراء، غابات، بيوت متوحدة، الموت، الحب، والدمار. انتصبتْ فـوقه جسورٌ طويلة عريضة، رشيقة يستعملها الناس أحسن استعمال. كانت سواقٍ وأنهار أخرى تصـب فيه، لكنه كان أمّ الأنهار قاطبة، صغيرها وكبـيرها. كان دومـًا ممتلئًا، أبداً يتـطهَّر. وفـي تلك الأمسية كانت مشاهدتُه بَرَكة، بوجود الغيوم المائل لـونها تدريـجيًّا إلى الدكـنة ومـياهه الذهبية. لكن وشل المياه الضئيل بعيداً، بين تلك الصخور الـماردة التي بَدَتْ شـديـدة الانشغال في استـيلاده، كان بداية الحـياة، بينما كانـت نهايتـها أبعد مـن ضفتيه ومن البحار.

كان التأمل أشبه بذلك النهر، غير أنه كان بلا بداية ولا نهاية. كان يبدأ، ونهايته كانت بدايته لم يكن من سبب ثمة، وحركته كانت تجدده. كان جديدًا دائمًا، لم يكن يتراكم قـط ليصير قديماً، لم يكن يتلوث قـط لأنه كان بلا جذور في الزمن. ما أطيب أن يتأمل المرء، من دون قسر، من دون بذل أيِّ جهد، بـادئًا بوَشَل صـغير ثـم ماضـيًا أبعد من الزمن والمكان، حيث الفكر والإحساس لا يستطيعان الدخول، وحيث تنعدم التجربة.

۞۞۞

التأمل هو الإطلاق الكامل للطاقة.

۞۞۞

في الحيِّز الذي يوجِده الفكرُ من حـوله ليس ثمة محبة، فهذا الحيِّز يفصل الإنسان عن الإنسان، وفيه تجري الصيرورة برمَّتها، معركة الحياة، العـذاب، والخوف. التأمل هـو إلغاء

هذا الحيِّز، هو إنهاء "الأنا". إذ ذاك يكون للعلاقة معنى مختلف تمامًا، ففي ذلــك الفضاء، الذي ليس من صنع الفكر، ينعدم وجود الآخر، لأن وجودك أنت ينعدم.

التأمل، إذن، ليس طلب رؤيا ما، مهما يكن تقديس الموروث لهـــا. إنه، بالأحرى، ذلك الفضاء اللانهائي الذي لا يمكن للفكر ولوجُه. أمـــا في نظرنا، فإن الحيِّز الضئيل الذي يصطنعه الفكر من حوله – وهو "**الأنا**- "هو على غاية مــن الأهمية، إذ إنـه كلُّ ما يـعرفـه الذهن، متماهيًا مع كلِّ ما هو موجود في ذلك الحيِّز. والخوف من انعدام الوجود يولد في ذلك الحيِّز. أما في التأمل، حين يُفهَم هـذا حقَّ فهمه، فيـمكن للـذهن ولـوج بُعْـدٍ من الفضاء حيث الفعل هو لا فعل.

۞۞۞

نحن لا نعرف ماهية المحبة، ففي الحيِّز الذي يصطنعه الفكر من حـــوله بوصفه "الأنا"، يكون الحب هو التراع بين "**الأنا**" و"**اللاأنا**"، وهذا النزاع، هذا التعذيب، ليس حبًّا.

الفـــكر هو حصرًا انتفاء المحبة، وهو لا يستطيع أن يلج ذلك الفضاء حيث "الأنا" غير موجودة. في ذلك الفضاء تسري البَرَكة التي يطلبها الإنسان ولا يـــجدها. إنه يطلبها ضمن نطاق الفكر، والفكر يدمِّر وَجْدَ هذه البركة.

۞۞۞

الاعتقاد، كالمُثُل، ليس ضروريًّا: كلاهما يبدِّد الطاقة المطلوبة لمتابعة تفتُّح الواقـــعة، تفتح "ما هو موجود ."المعتقدات، كالمُثُل، مهارب مــن الواقع، وفي الهروب مـا من نهاية للأسى. إنهاء الأسى هو فهم الواقع من لحظة إلى لحظة. وليس ثمة منهج أو طريقة يـوصِل إلى الفهم. وحده وعي لا اختيار فيه لواقعة من الوقائع من شأنه أن يوصل إليه. التأمـــل وفقًا لمنهج ما هو تجنب واقع ما أنت إياه. لذا فأهـم بما لا يقـاس أن تفـهم نفسك – أن

تفهم التغير الدائم للوقائع عن نفسك – من أن تتأمل مـن أجل أن تجد الله أو تحصل على رؤى وإحساسات وضروب أخرى مـــن التسلية.

۞۞۞

التأمل في تلك الساعة كان حرية، وكان أشبه بدخول عالم مجهول من الجمال والسكينة. كان عالمًا بلا صور ولا رموز ولا كلمات، بلا أمواج من الذاكرة. والمحبة كانت موتَ كلِّ دقيقة، وكلُّ مـوت كـان تجديد المحبة. لم تكن تعلقًا، فـقد كانـت بـلا جذور. كانـت تزهـر بـلا سبب، وكانت لهبًا يـحرق الحدود، أسوار الوعي المرفوعة بكلِّ حرص. كانت المحبة هي الجمال أبعد من الفكر والشعور؛ لم تكن ململَمة على قماشة، فـي كلمـات، أو فـــي الرخام. التأمل كان فرحاً – ومعه حلت بَرَكة.

۞۞۞

تفتُّح المحبة هو التأمل.

۞۞۞

في التأمل، على المرء أن يكتشف فيما إذا كانت ثمة نهايةٌ للمعرفة، وبالتالي تـحررٌ من المعلوم.

۞۞۞

كانت السماء قد أمطرت بغزارة طوال الليل والنهار، وأسفل الغبيب كانت السـاقية الموحلة تصب في البحر، جاعلة إياه بنيًّا بلون الشوكولاته. وأنت تسير على الشـاطئ كانت الأمواج هائلة، وكانت تتكسر بقوة خارقة، راسمةً انحناءات بديعة. كنـت تسـير بعكس اتجاه الريح – وفجأة، شعرت بأن لا شيء يفصل بينك وبين السماء – وهذا الانفتاح كان

الفردوس. أن تكون هــكذا منفتحاً تمامًا، معرَّضًا- للتلال، للبحر، وللإنسان - ذلك بعينه هو جوهر التأمل.

ألاَّ تُبدي أية مقاومة، أن تنعدم حواجزُك الداخلية نـــحو كلِّ شيء، أن تكون حراًّ حقاًّ، طليقاً تمامًا، من النوازع التافهة والدوافع القاهرة والمـطـالب، بـكلِّ ما فيها من نزاع ونفاق وضيع - هو أن تسير في الحياة بذراعين مشرعتين. وفي تلك الأمسية، وأنـت تـسير هناك على تلك الرمال النديّة، ونـوارسُ البـحر مـن حـولك، كنت تشـعر بـذلك الشعور الخارق بالحرية المشرعة وبجمال المحبة العظيم الذي لم يكن فيك ولا خارجك - بل في كلِّ مكان.

نحن لا ندرك مبلغ أهمية أن نكون أحرارًا من الملذات النقّاقة وأوجاعها، بحيث يبقى الذهن وحده. وحده ذهن متوحد تمامًا ذهنٌ مفتوح. شعـرتَ بذلك كلّه على حين غرة، كريح عظيمة كنست الأرض وتخلَّلتْك. هناك كنت - متـجـردًا من كلِّ شيء، فارغاً - وبالتالي منفتحًا تماماً. جمال الأمر لم يكن في الكلمة ولا في الشعور، بـل كـان يـبدو في كلِّ شيء - حولك، فيك، على صفحة المياه، وفي التلال .التأمل هو هذا.

۞۞۞

التأمل ليس التركيز -الذي هو استبعاد استقـطاع، مقاومة، وبالتالي، نـزاع الـذهن التأملي يستطيع أن يركِّز - وهذا عنـدئذٍ ليـس اسـتبعادًا أو مقاومة؛ أما الذهـن المركِّز فلا يستطيع أن يتأمل.

۞۞۞

في فـهم التأمل هناك محبة؛ والمحبة ليست نتاجًا للمناهج، للعادات، لاتّباع طريقة. المحبة لا يمكن للفكر أن ينمّيها. فلعل المحبة يمكن لها أن تتكوّن حين يسود صمتٌ، تام صمت يكون فيه المتأمِّل غائبًا كليًّا. والذهن لا يقدر أن يصمت إلا حين يفهم حركته هو بـوصفه فكرًا

وشعوراً. وفهم حركة الفكر والشعور هذه يستوجب ألا تكون ثمة إدانة في رصـدها. الرصد بــهذه الطــريقة انضـباط، وذلك الضـرب من الانضباط سَلِسٌ طليق، ولـيس انضباط الاتِّباع.

في ذلك الصباح كان البحر أشبه بحيرة أو بنهر عظيم - بلا تموجات، ســاكنًا إلى حدِّ أنه كان في وسعك أن ترى انعكاس النجوم في ذلك الوقت المبكر من الـصباح. لم يــكن الفجر قد انبلج بعدُ، لذا فإن النجوم وانعكاس الجرْف الصخري والأضواء القصـية للبلدة كانت منطبعة على الماء. وبينما كانت الشمس تصعد فـوق الأفق في ســماء خالية من الغيوم، كانت تشق لنفـسها دربًا ذهـبية، وكانت خارقةً رؤيـةُ نور كاليفورنيا ذاك يمـلأ الأرض، يملأ كلَّ ورقة شجر وعشب.

وأنت تشاهد حلَّـتْ عليك سكينةٌ عظيمة. الدماغ نفسه أصبح شديد الهدوء، بلا أيِّ ردِّ فعل بلا أدنى حركة؛ فما أعجب شعورك عندئذٍ بهذه السكينة الهائلة! كلمة "شعور" ليست الكلمة الملائمة. فخاصية ذلك الصمت، تلك السكينة، لا "يشعر" بــها الدماغ؛ فهي أبعد من متناول الدماغ. في وسع الدماغ أن يتصور، أن يصوغ، أو يضع خطة للمستقبل؛ أمـا هذه السكينة فهي أبعد من مداه أبعد من كلِّ خيال أبعد من أية رغبة. فأنـت مـن السكـون بحيث إن جسمك يصير تماماً جزءاً من الأرض، جزءاً من كلِّ ما هو ساكِن.

وبينما كان النسيم اللطيف قادمًا من التلال، يداعب أوراق الشجر، لم تضطرب هذه السكينة، خاصية الصمت الخارقة هذه. كـان البيـت واقعًا بين التلال والبحر، مُطِلاً على البحر. وبينما أنت تشاهد البحر ساكنًا تلك السكينة الشديدة، صرتَ حقًّا جزءاً مـن كـلِّ شيء. كنتَ كل شيء. كنتَ النور، وجمال المحبة. كذلك قـولك "كنتَ جزءاً مـن كلِّ شيء "هو من قبيل الغلط: فكلمة "أنت "ليست ملائمة، لأنك حقًّا لم تكن هــناك، لم تكن موجودًا. وحدها كانت تلك السكينة ذلك الجمال، ذلك الإحساس الخارق بالمحبة.



كلمتا "أنت" و"أنا" تفصلان بين الأشياء. غيـر أن هـذا الفَصْل فـي هـذا الصـمت والسكينة الغريبين معدوم. فبينما كنت تنظر خارج النافذة، بدا وكأن المكان والزمن بلغا نهايتهما، وكأن المسافة الفاصلة لم تكن حـقيـقية. ورقة الشـجر تلـك، وشجرة الكينا تلك، والماء الأزرق المشع، لم تكن مختلفة عنك.

التأمل في الحقيقة شديد البساطة. نحن الذين نعقِّده، ننسج شبكة مـن الأفكار تطوِّقه – ما هو وما ليس هو. لكنه ليس شيئًا من هذه الأشياء. ولأنه بـسيط إلـى هذا الـحد فهو يتلص منَّا، لأن أذهاننا شديدة التعقيد، أبلاهـا الزمن الذي تتـأسَّس عليه، وإذ يُملي هذا الذهنُ علـى القلـب نشاطَه، تبدأ المشاكل. في حين أن التأمل يـجيء بجيئاً طـبيعيًّا، في يُسْر خارق، حين تسير على الرمل أو تنظر خارج نافذتك أو تـرى تلـك التلال البديعة تشويها شمسُ آخر الصيف. لماذا نحن البشر نعذِّب أنفسنا إلى هذه الدرجة، تملأ الـدمـوع عـيونـنا ويرتـسم ضحكٌ زائف علـى شفاهـنا؟ لو أنك تسـتطيع أن تسير وحدك بين تلـك التلال أو في الغابات أو على طول الشاطئ ذي الرمال البيضاء المحروقة، لعرفت فـي تلك الوحدة مـاهية التأمل.

وَجْدُ الوحدة يجيء حين لا تخشى أن تكون وحدك – حين لا تعود منتميا إلى الـعالم أو متعلقا بأيِّ شيء. إذ ذاك، مثل ذلك الفجر المنبلج هذا الصباح، يجيئك فـي صـمت ويرسم دربًا ذهبية في السكينة نفسها، التي كانت في البدء، وهـي كائـنة الآن، وستكون دوماً.

التأمل هو حركة في المجهول وحركة للمجهول. لستَ موجوداً؛ وحدها الحركة موجودة. فأنت أصغر أو أعظم من أن تستوعب هذه الحركة. ليس وراءها أو أمـامها شيء. إنها تلك الطاقة التي لا يستطيع الفكر- المادة أن يمسَّها. الفكر تحريف؛ إذ إنه نتاج الأمس. إنه واقع في شِراك القرون، وهو بالتالي، مشوَّش مبلبل. مهما فعلت فإن المعلـوم لا يـقدر أن يبـلغ المجهول. فالتأمل هو الموت عن المعلوم.



تأملُ ذهن صامت بالكلّية هو البَرَكَة التي ما فتئ يطلبها الإنسان. وفي هذا الصمت توجد خواص الصمت كافة.

۞۞۞

ما إن تضع أساسًا للفضيلة - وهي النظام في العلاقة - تتكوَّن خاصيةُ المحبة والموت هذه، التي هي الحياة برمَّتها. عندئذٍ يصبح الذهن خارق الهدوء، طبيعيَّ الصمت، وليس مرغمًا على الصمت من خلال القمع والانضباط والسيطرة - وذلك الصمت هائل الثراء.

فيما يتعدى ذلك، ما من كلمة، ما من وصف فيه طائل. عندئذ لا يتساءل الذهن عن المطلق، لأنه لا حاجة له إلى ذلك. إذ إنه في ذلك الصمت هناك ذاك الكائن. وهذا في مجمله هو بَرَكة التأمل.

۞۞۞

كانت التلال بعد الأمطار بديعة. كانت ما تزال بنِّية من شمس الصيف، وقريباً سوف تخرج منها الأشياء الخضراء كلها. كان المطر قد هطل في غزارة شديدة، وجمال تلك التلال كان لا يحده وصف. كانت السماء لا تزال غائمة، والهواء عابقًا برائحة السماق والمريمية والكينا. كان بديعاً المكوثُ بينها، حين استولتْ عليك سكينة غريبة. فخلافا للبحر الذي كان واقعاً بعيدًا إلى الأسفل منك، كانت تلك التلال ساكنة تماماً. وفيما أنت تراقب وتنظر من حولك، تركت كلَّ شيء في الأسفل في ذلك البيت الصغير - ثيابَك أفكاركَ، وأساليبَ الحياة الطارئة. هنا كنتَ مسافراً في خفة شديدة، بلا أية خواطر، متخففًا من كلِّ الأعباء، شاعرًا بالفراغ التام والجمال الكلِّي. والدغلات الخضراء الصغيرة سرعان ما سوف تصير أشد اخضرارًا، وفي غضون أسابيع قليلة سوف تعبق رائحتها. السمَّانيات كانت تنادي وبضعٌ منها طار. من حيث لا يدري، كان الذهن في حال تأمل، وكانت المحبة تتفتح فيها. فقط في تربة التأمل هذه، على كلِّ حال، يمكن لهذه

الزهرة أن تتفتح. كان الأمر رائعًا تمامًا بحق والعجيب فيه أنه طوال الليل استمر يلاحقك. وحين استيقظت، قبل شروق الشمس بوقت طويل، كان ما يزال هناك في قلبك، متصفًا بفرحه المذهل، بلا أية غاية إطلاقًا. كان هناك، بلا سبب، يترعـك بالنشوة. وظـل هناك طوال النهار كلِّه، دون أن تسأله أو تدعوه قط إلى المكوث معك.

۞۞۞

هناك عـلى الشرفة المـعطِّرة، حينما يكون الفجرُ بعيدًا لا يزال والأشجارُ بعدُ صـامتة، الجوهرُ هو الجمال. لكن هذا الجوهر غير قابل للاختبار. فعـلى الاختبار أن يتـوقف، إذ إن الاختبار يعزِّز المعلوم وحسب. والمعلوم ليس الجوهر أبدًا.

التأمل ليس أبدًا المزيد من الاختبار، إنه ليس فقط إنهاء الخبرة – وهــي الاستجابة للتحدي، كَبُر أم صَغُر – بل هو فتح الباب على الجوهر، فتح باب أتون ملتهب، نارُه مُفنِية تمامًا، دون أن تخلِّف أيَّ رماد. ما من بقايا. فما والبـقايا نحن – القائـــلون نَعَـمْ لآلاف البارحات، السلسلة المـتواصلة من ذاكـــرات لا تنتهي، مــن الاختيار واليــأس. الذات الكبرى والذات الصغرى هما نموذج الوجود، والوجود هو الفكر والفكر هو الوجود، بوجعه الذي لا ينتهي أبدًا.

في لهب التأمل ينتهي الفكر، ومعه الشعور – فكلاهما ليس المحبة. ومن دون المحبة لا جوهر ثمة؛ من دونها ليس ثمة إلا رماد يقوم عليه وجودُنا. ومن الفراغ تكون المحبة.

۞۞۞

التأمل هو فعل الصمت.

۞۞۞

ليست للتأمل بداية أو نهاية؛ ليس فيه نجاح أو إخفاق، امتلاك أو زهد. إنه حركة لا غائية لها، وبالتالي، تجري أبعد من الزمن والمكان وتعلو عليهما. اختباره هو نفي لـه؛ إذ إن المختبِر مشدود إلى الزمن والمكان، إلى الذاكرة والتعرف. أساس التـأمل الحـق هـو ذلك الانتبـاه المنفعل الذي هو الحرية المطلقة من أية مرجعية أو طـموح، مـن أيِّ حـسد أو خوف. التأمل لا معنى له، ولا مغزى على الإطـلاق، من دون هـذه الحـرية، من دون معرفة النفس. فمادام هناك اختيار لا معرفة للنفس ثمة. فالاختيار ينطوي على نزاع، يحول دون فهم الموجود. كما أن الشرود في نوع من جمحات الخيال، فـي نـوع مـن المعـتقدات الرومانسية، ليس التأمل. فعلى الدماغ أن يتجرد من كلِّ أسطورة ووهم وأمان، ويـــواجه حقيقة زيفها. ما مــن تَلَهٍّ ثمة، بــل كلُّ شيء هـو ضمن حركة التأمل. الزهرة هي الشكل العبير اللون، والجمال – التي تشكِّل كلِّيتها. قطِّعْها مِزَقًا، فعليًّا أو لفظيًّا، فلا يبقى من الزهرة شيء: فقط استذكار لما كانت عــليه – وهو ليس الزهرة أبـدًا. التـأمل هو الـزهرة كلُّها، في جمالها وحياتها وذبولها.

۞۞۞

التأمل هو تحرر من الفكر، وحركةٌ في وَجْد الحقيقة.

۞۞۞

كان هدوءٌ شديد يخيِّم على ذلك الوقت الباكر من الصباح؛ إذ لـم يكن عصفور واحد أو ورقة شجر يأتي بحركة. والتأمل، الذي بدأ في أغوار مجهولة، واستمر في شـــدة واكتساح متصاعدين كان ينتقش في المخ، محوِّلاً إياه إلى صمت تام، جـارفًا أعماق الفـكر، مجتثًّـا الشعور، مُفْرِغًا المخ من المعلوم ومن شبحه. كان الأمر عملية جراحية، لــكنْ مـــن غير فاعل، من غير جرَّاح. كان يتواصل، شأنه شأن جـرَّاح يُجري عـملية عـلى سـرطان، فيستأصل كلَّ نسيج مصاب بالعدوى، لئلا تنتقل العدوى من جديد. هذا التأمل تـواصَل مدة ساعة في حساب عقارب الساعة. وكان تـأملاً مـن غير مـتأمِّل. فـالمتأمِّل يـتدخل

بحماقاته وغروره، بـطموحاته وطـمعه. المتـأمِّل هو الفكر، يقتات مـن هذه التـراعات والإصابات؛ لذا على الفكر في التأمل أن يتوقف تمامًا. هذا هو أساس التأمل.

۞۞۞

التأمل هو التعالي عن الزمن. فالزمن هو المسافة التي يسافرها الفكر في منجزاته. والسَّفَر يكون دوماً على الدرب القديمة، متسترِّةً بِطِلاء جديد، بِمشاهِد جديدة، لكنها دوماً الدرب نفسها، لا تقود إلى أيِّ مكان – ماعدا الألم والشقاء.

فقط حين يتعالى الذهنُ عـن الزمن تكف الحقيقة عن كـونها تـجريداً. إذ ذاك فإن الغبطة لا تعود فكرة مشتقة من اللذة، بل واقع فعلي ليـس لفظيًّا.

إفراغ الذهن من الزمن هو صمت الحـقيقة؛ ورؤية هـذا هـي الـفعل. إذ ذاك يـزول التقسيم بين الرؤية والفعل. ففي الفاصلة بين الرؤية والفعل يولد التراعُ والبؤس والتشويش. أما ما لا زمن له فهو الدائم أبدًا.

۞۞۞

أبطأ الفجر في المجيء. كانت النجوم لا تزال متلألئة، والأشجار لا تزال غافية منسحبة ما من طائر كان ينادي، ولا حتى الأبوام الصغار التي تنعب مبعبعة طوال الليل من شجرة إلى أخرى. كان هدوء عجيب مخيمًا – ما خلا زمجرة البحر. وكان الـــجو عابقـًا برائـــحة أزهـار عديـــدة وأوراق شجر متعفنة والتراب البليل. كان الهواء ساكنًا جداً جداً، والرائحة تفـوح في كلِّ مكان. الأرض كانـت في انتظار الفجر والنهار الآتي، وكان ثمة لهفة وصـبر وسـكينة غريبة. والتأمل تواصَل مـع تلك السكينة، وتلـك السكينة كانت المحبة. لم تكن محبة شيء أو أحد مــــا – الصورة والرمز، الكلمة والرسوم. كانـت محبة وحـسب، بـلا عـاطفة، بلا شعور. كانت شيئًا تاماً في ذاته عاريًا، عاتياً، بـلا جذور ولا اتجاه. صـوت ذلك الطائر البعيد كان تلك المحبة. كانت الاتجاه والمسافة. كانت حاضرة، بلا زمــن ولا كلمات. لم تكن انفعالاً قاسياً، لا يلبث أن يزول. الرمز أو الكلمة قابلة لأن تُستبدَل بــــها

كلمةٌ أخرى، كن الشيء لا. وإذ كانت عارية، كانت مشرعة تمامًا، وبالتالي لا يُفنيها شيء. تتصف بالقوة العصيّة لتلك الآخَرية، لذلك الغير قابل للعلم، القادم عبر الأشجار وفيما يتعدى البحر. التأمل كان صوت ذلك الطائر يصدح من قلب ذلك الفراغ، وكان زمجرة البحر الراعد في مواجهة الشاطئ. المحبة لا تكون إلا في الفراغ التام. كانت الفجر المائل إلى الرمادي هناك، بعيدًا فوق الأفق، والأشجار كانت أشد دكنة وكثافة حتى. في التأمل لا تكرار ثمة، لا استمرارية للعادة، بل موتٌ لكلّ ما هو معلوم وتفتحٌ للمجهول. كانت النجوم قد توارت والغيوم انقشعت مع قدوم الشمس.

التأمل حالُ ذهن ينظر إلى كلِّ شيء في انتباه كامل، في تمامه، وليس في مجرد أجزاء منه.

۞۞۞

التأمل تدمير للأمان. وثمة جمال عظيم في التأمل، ليس جمال الأشياء التي رَصَفَها الإنسانُ أو الطبيعة بعضها إلى جانب بعض، بل جمال الصمت. وهذا الصمت، فراغ فيه ومنه تفيض الأشياء كلُّها وتستمد وجودها. إنه غير قابل للعلم، والعقل والشعور لا يمكن لهما أن يشقاَّ طريقًا إليه، إذ لا سبيل إليه، وكل منهج إليه هو من مبتكرات دماغ جَشِع. سُبُل الذات التي تحسب حسابًا ووسائلها كلها ينبغي أن تُدمَّر عن آخرها. كل تقدم أو تقهقر – طريق الزمن– يجب أن يوضَع له حدٌّ، بلا غد مأمول. التأمل هو التدمير، وهو خطر على أولئك الذين يمنُّون النفسَ بحياة سطحية بحياة قوامها بنات المخيِّلة والخرافة.

۞۞۞

الموت الذي يجلبه التأمل إنما هو خلود الجديد أبدًا.

۞۞۞

ثمة شيء عـلى غاية من الروعة إذا اتفق لك أن تقع عليه. في إمكاني أن أخوض فيه، لكن الوصف ليس هـو الموصوف. يتعين عليك أنت أن تتعلم هذا كلَّه بأن تنظر إلى نفسك - فما من كـتاب، ما مـن مـعلِّم في وسعه أن يعلِّمك عن هذا الأمر. لا تتكل على أحد، لا تنتسب إلى تنظيمات روحية - إذ على المرء أن يتعلَّم هذا كلَّه اعتباراً من نفسه.
وبذلك سوف يكتشف الذهنُ أشـياء مذهلة. لكن ذلـك يتطلب انعدام التجزئة، وبالتالي استقرارًا وتجاوباً ومرونة لا حـدود لها. في مـثل هذا الـذهن ينعدم الزمن، وبهذا يحيا معنى مختلفًا تمامًا.

النص التـالي مدخـــل جيد إلى منظور كريشنامورتي للتأمل. ففيه، كما في محاضراته وكتاباته الأخرى، يركز بلا هوادة على أهمية الانتباه الواعي إلى حـــياتنا وتصرفاتنا اليومية، مشدداً على غـــرار سـقراط، أن "حيـاة لا يُفحَص عنها لا تستحق أن تُعاش" وأن حيـاةً لا نظام فيها يضاهي في صرامته منطق الرياضيات حياةٌ تخلو من أسـاس حقيقي للتأمل. وهـو، إذ ينفي المفهـوم التقليدي للتأمل كسيطرة على الفكر، أو كمنهج يُتَّبَع، يقول: "لا بدَّ من معرفة تامة بالنفس. [...] وإذن فلا منهج ثمة، لا طريقة، لا تـركيز - والذهن الذي فهـــم هذا كلَّه عبر النفي يصير فائق السكون سكونًا طبيعيًا."

فهلاً قام القارئ معنا برحلة الاكتشاف المذهلة هذه؟!

المترجم

الذِّهـن فـي التَّـــــأمُّل

ما هو عيشنا اليومي؟ إذا كنت تطيق النظَر إلى حـــياتنا اليومية، إذا كنت تقدر على رصدها، فما هي فعليًّا؟ في وسع المرء أن يرى أن في ذلك العـيش قدرًا كبيرًا من التشوش قدرًا كبيرًا من الامتثال والتناقض، حيث كل إنسان يناوئ إنسانًا آخر، حيــث أنتَ فـي عالم الأعمال متأهب لحزّ عنق سواك. سياسيًّا، اجـتماعيًّا خُلقيًّا، هنالك قـدر كبير مـن التشوش؛ وحين تنظر إلى حياتك أنـت، ترى أنها، من لحظة ولادتك حتى موتك، سلسلة من التراع. لقد أمست الحياة ساحةَ معركة. أرجـوك أن ترصد الأمر - لا لأنك يجب أن تتفق مع المتكلم أو تختلف معه، بل ارصدْه وحسب، راقـــبْ فقط عيشك اليومي الفعلي. وحين ترصد علـــى هذا النـــحو فعلاً، لا منـدوحة لك من رؤية مـا يجري فعليًّا: كيف يكون المرء يائساً، وحـــيدا، شقيًّا، في نزاع، واقعاً في شَرَك التنـافس، العدوان، الفظاظة، العنف. هذه هي فعليًّا حياتنا كلَّ يـــوم؛ وهي ما نسميه العيش. وإذ لا نتمكن من فهمها، أو حلّها، أو تـخطِّيها، نفرُّ منها إلى إيديولوجيا ما، إلى إيديولوجيا بعض الفلاسفة الأقدمين أو المـــعلمين الأقـدمين أو الحكمة القـــديمة، ونظن أننا بفرارنا من الفـعلِيّ وجـدنا حـلاً لكلِّ شيء. ولهذا فإن الفلسفة المُثُل، أشكال شبكات الفرار المتنوعة الكثيرة بعينها، لم تحل مشكلاتنا ولا بأية طريقة من الطرق. فنحن بالضـبط مـا كنَّا إياه قبل خمسة آلاف عام أو تزيد: متبلِّدون، تكراريون، مريرون، غاضبون عنيفـون، عدوانيون، مـع ومـضة جمـال أو سعادة عَرَضية ما، مرعوبون دوماً من ذلك الشيء الأوحد الذي ندعوه الموت.

وحياتنا اليومية لا جمال فيها، لأن معلِّميكم الدينيين وكـتـبكم أيضاً قالـوا" :تـجرَّدْ من الرغبات، كُنْ عديم الرغبة، لا تنظر إلى امرأة لأنها قد تغويك، ولأنك، كي تـجد الله أو الحقيقة لا بدَّ أن تكون متعففًا ".وحياتنا اليومية معاكسةٌ لأقوال المعلمين كافة. فنحن فعليًّا

ما نحن: بشر تافهون، صغار، ضيقو الأذهان، مـرعوبون. ومن دون تغيير ذلك، لا قيـمة مطلقًا لأيّ مقدار من بحثكم عن الحقيقة أو إطنابكم المتعـالِم فـي الكلام أو شرحكم لكتاب *الكيتا*[1] ولسائر كتبكم المقدسة التي لا تُحصى. لـذا يحسن بك أن تلقي بكتبك المقدسة كلِّها بعيدًا وتبدأ من جديد لأنها، بشارحيها ومعلِّميها ومرشديها، لم تأتِـك بالاستنارة. فمرجعيتها، ومسلكيّتها القسـرية، وروادعها، لا معنى لها على الإطلاق. لذا يحسن بك أن تضعها كلها جانبًا وتتعلم من نفسك – إذ إن فيها تكمن الحقيقة، وليس حقيقة سواك.

إذن، هل من الممكن، أولاً، تغيير حـياتنا؟ لأن حياتنا فوضوية، حياتنا مفتَّتة – كنْ شيئًا ما في المكتب، اذهبْ إلى المعبد، إذا كنـت ما تـزال تـميل إلى هذه الأمور، ثم كـنْ شيئًا مختلفًا كليًّا مع الأسرة، وأمام مسؤول ضـخم تصير كائنًا بشريًّا مرعوباً يائساً مـتملقاً ذليلاً. فهل في وسعنا أن نغير هـذا كلَّه؟ لأنه من دون تغيير حياتنا اليومية، يفتقد سؤالُك عن ماهية الحقيقة، أو عن وجـود إله أو عدم وجوده، أيَّ معنى إطلاقاً. نحن بشر مفتَّتون، محطَّمون، وفقط حيـن نكون كيانًا إنسانيًّا كليًّا، صحيحاً، تامًّا، ثمة إمكانية للوقوع على ذلـك الشيء اللازمني.

إذن، يجب علينا أولاً أن ننظر إلى حياتنا. فكيف تنظـر إلى حياتك؟ رجاءً، تابعْ هذا قليلاً. سوف نبسِّطه قدر المستطاع لأنه مشكلة شديدة التعقيد. والمشكـلة الوجودية المعقدة جدًّا لا بدّ من مقاربتها في منتهى البـساطة، وليس مـن خلال نظرياتكم وآرائكم وأحكامكم كلِّها، لأنـها لـم تـُجْدِ على الإطلاق. قَناعاتكم الدينية برمَّتها لا معنى لها. لذا لا بدّ لنا من القدرة على النظر إلى هذه الحياة التي نعيشها كلَّ يوم؛ لا بدّ لنـا مـن القـدرة على رؤيـتها كما هي بالضبط. وتلك هي الصعوبة التي ستواجهنا، وأعني، الرّصد. فماذا تعني كلمة "رَصْد" هذه؟ ليـس هناك فـقط الإدراك الـحسِّي بالعين، كـأنْ تـرى هذه البوكَنفيلية **[زهرة "الجهنمية"]**. رجاءً أن نتابع هذا خـطوة خـطوة. إذ ذاك، وأنت ترصد ذلك اللون، تصنع صورة، تكون لديك أصلاً صورة؛ ثم تخصِّصْ اسماً لها. تستحبها أو تمقـتها، فتـكون لديك

[1] هو كتاب البهگڤد گيتا: من أسفار ملحمة المهابهارتا الهندية، مبناه حـوار بين المـحارب أرجـونا وبين كرشـنا، أحـد تجسدات الإله ڤشنو، ويُعتَبر من أقدس كتب الهندوس. (المترجم)

أفضليات. وإذن فمن خلال الصور التي عندك عن تلك الزهرة، ترى. فأنت لا ترى فعليًّا، بل إن ذهنك يراها أكثر من العين. صحيح؟ رجـاءً افهموا حقاً هذا الأمر الشديد البساطة: واقع أننا لا نرى الطبيعة فقط بعيون راكمْتْ معرفةً عن الطبيعة، وتالياً، من خلال صورة، بل ننظر إلى البشر كذلك من خلال مختلف صنوف قناعاتنا وآرائنا وأحكامنا وقيمنا. مثال ذلك: أنت هندوسي، والآخر مسلم؛ أنـت كاثوليكي، والآخر پروتستانتي أو شيوعي، وهكذا دواليك. إذن فأنــت حين تنظر، حين ترصد حياتك، ترصدها من خلال الصورة، مـــن خلال القناعات التي سبق لك أن شكَّلتَها. تقول: "هذا جيد" أو "هذا سيء"، أو: هذا" يجوز وذاك لا يجوز". إذن فأنت تنظر، ترصد، من خلال الصور أو القناعات التي شكَّلتَها. ولهذا فأنت فعليًّا لا تنظر إلى الحيـاة. هل تفهم هذا الأمر البسيط جداًّ؟

لذا لا بدَّ لك، لكي تنظر إلى حياتك كما هي، من حرية الرصد. يجب عليـك ألا تنظر إليها كهندوسي، كبيروقراطي، كربِّ أسرة، بـل عليك أن تنظر إليها في حرية. وتلك هـي الصعوبة في الأمر: أنت تنظر إلى حياتك – اليــأس، الألم المبـرِّح، الـكرب، هذا الصراع الهائل – بعينين قالتا: "لا بدَّ مـن تغيير هذا إلى شيء آخر"، "لا بدَّ من تحويل هذا لجعله لا أجمل". حين تفعل ذلك، لا تكون على علاقة مباشـرة بما ترى. صحيح؟ هل تتابع هذا؟ – ليس التفسير الذي يقدِّمه المتكلم، بل هــل أنت تـرصد فعليًّا حياتك، ترصد كيفية نظرك إليها؟ أنت تنظر إليها من خلال صورتك من خلال قناعتك، وبالتالي لستَ تنظر إليها؛ إنك تنظر من خلال الصور الماضية، وبالتالي لا تدخل في تماس مباشر معها، إذن، فأنـت حين تنظر إلى الحياة، أي إلى حياتك اليومية – ليس الحياة النظرية، ليس الحياة المجردة الـــتي تقول فيها: "جميع البشر واحد" – ترى أنك تنظر من خـلال مـعرفتك الماضية، من خلال الصور جميعًا، التراث النَّقلي، تراكُم الخبرة البشرية برمَّتهـا، الأمـر الـذي يحول بينك وبين النظر. ذلـك أمر لا بدَّ من إدراكه حتى ترصد حياتك فعلـيًّا، عليك أن تنظر إليها نظرة جديدة، أي أن تنظر إليها من غير أية إدانة، مـن غير أية مُثُل، من غير أية رغبة في قمعها أو في تغييرها. أن ترصد وحسب! فهل أنت فـاعل هذا؟ هل تستعمل المتكلم مرآةً تـرى فيها حياتَك أنت؟ ولأنك تراها من خلال قناعات، فهـذا يـحول بينك وبيــن النظر إليها

نظراً مباشرًا والدخـول في تـماس معها. فهـل أنت فاعل هذا؟ ولستُ أسألك إن كنت ستفعله حين تعود إلى البيت، لأنك إنْ لم تفعله الآن فلن تفـــعله لاحقًا. وإذا لـم تـكن تفـعله فـــلا تكترثْ بالاستماع.

انظرْ إلى السمـاء، انـظرْ إلى تـلك الشجرة انظرْ إلى جمـال الضوء، انظـرْ إلى الغيوم، بمنحنياتها ورقَّتها. إذا نظرتَ إليها من دون أية صورة، تكون قد فهمتَ حـياتك. لـكـنك تنظر إلى نفسك كراصد وإلى حياتك كشيء يقتضي الرصد. هنالك فصل بين الراصد وبين المرصود: أي أنك تنظر إلى حياتك كراصد كشيء مـــنفصل عن حياتك. صـحيح؟ إذن هناك فصل بين الراصد وبين المرصود وهذا الفصل بعينه هو جوهر كلِّ نزاع، جوهر كـلِّ صراع، ألم، خوف، يأس.

أي أنـه حيــن يكون هناك فـصلٌ بيـن البشر - فصل القوميات، فـصل الأديان، الانقسامات الاجتماعـية - لا مفرَّ من النزاع. هذا قانون؛ هذا هو الـصواب، المـــنطق. هناك باكستان من جانب والهند من الجانب الآخر، يقتتلان. أنـت بـرهـمي وسواك ليس برهَّيا، وهناك كراهية، انقسام. وإذن فذلك الانقـسام مستظهَرًا، بـكلِّ نـزاعه، هـو عينه الانقسام الداخلي بوصفه الراصد والمرصود. فهلاَّ فهمتَ هـذا؟ إذا لـم تفهمه لــن تستطيع أن تمضي قُدُمًا، لأن ذهنًا في نزاع ليس في مكنته يومًا أن يـفهم ماهية الحقيقة؛ لأن ذهنًا في نزاع ذهنٌ معذّب، ذهن ملتوٍ، ذهن مشوّه. فكيف يمكن لذهن كهـذا أن يـكون حرًّا لرصد جمال الأرض أو جمال السماء، الشجرة، جمال طفل، أو جمال امرأة أو رجـل، أو جمال الحساسية الفائقة وكل ما تنطوي عليـه؟ إذن مــن دون فـهم هذا المـبدأ الأساسي، ليس كمثال، بل كواقع، لا مناص لـك مـن الوقوع في النزاع.

وإذن فالمسألة هي: ما هو هذا الراصد، الراصـد الذي فَصَلَ نفـسَه عن، المرصـود؟ أرجوكم، هذا ليس فلسفة، ليس قضية فكرية أو شيئًا يمكـن لكم، مناقشته، إنكاره الاتفاق أو الخلاف عليه. هذا شيء عليك أن تراه بـــنفسك، ولهذا فهي مسألتك أنت، لا مســألة المتكلم. أنت ترى أنك حين تكون غاضباً، في لحظة الغضب، لا يوجد راصد؛ في لـــحظة اختبار أمر مـا لا يوجد راصـد. حين تنظر إلى غروب الشمس ذاك - وغروب الشمس

ذاك شيء شاسع – حين تنظر إليه، في تلك اللحظة لا يوجـد راصـدٌ يقول: "إنـي أرى الغروب". الراصد يأتي بعد ثانية. كذلك حين تكون غـاضباً: ففي لحظة الغضب لا يـوجد راصد، لا يوجد مختبِر، بل توجد فقط حالة الغضب تلك، وبعد ثانية يأتي الراصـد ليقول: "ليتني لم أغضب"، أو يقول: "كنت على حق حين غضبت". بعد ثانية – وليس في لـحظة الغضب – تكون بداية الفصل. هل تفهم؟

إذن، كيف يحدث هذا؟ في لحظة الخبرة، هناك غيـاب كلِّي للراصد. فكيف يتفق للراصد بعد ثانية أن ينوجد ؟ أنت مَن يطرح السؤال ولست أنا، ليس المتكلم. اطرحْه عـلى نفسك ولسوف تجد الجواب. هل تفهم، يا سيدي؟ لا مناص لك سوى العمل لأن هـذه حياتك أنت. وإذا قلتَ: "طيب، لقد تعلمتُ شيئًا من المتكلم"، إذ ذاك فأنت لـم تتعلم شيئًا على الإطلاق. لقد جمعتَ بضع كلمات وحسـب، وتلك الكلمـات القليلة مـجتمعةً تصير الفكرة. الفكر المنظَّم هو الفـكـرة، ولسنا نتكلم عـن أفكار، لسنا نتكلم عن فلسفة جديدة. فالفلسفة تعني محبة الحقيقة في الحياة اليومية، لا حقيقة ذهن متفلسف يبتكر أفكارًا.

وإذن، كيف يتفق لهذا الراصد أن ينوجد؟ حين تنظر إلى هذه الزهرة، في اللحظة التي ترصدها عن كثب، لا يوجد راصد، يوجد نظـرٌ وحـسب. ثـم تبدأ بتسمية تلك الزهرة. عندئذ تقول" :ليتها كانت عندي في حديـقتي أو بيتي ."إذ ذاك تكون أصلاً قـد بـدأتَ بتشكيل صورة عن تلك الزهرة. صانع الصور، إذن هو الراصد. صحيح؟ هـل أنت تتابع هذا كلَّه؟ راقبْه في نفسك، أرجوك. إذن فالـصورة وصانع الصور هما الراصد، والـراصد هـو المـاضي. "**الأنا**"، بوصفها الراصد، هي الماضي، "**الأنا**"هي المعرفة التي راكَمْتَها: معرفة الألم، الأسى، العذاب، الكرب، اليأس، الوحـدة، الغيـرة، والجزع الرهيب الذي يكابده المرء. هذه هي "**الأنا** "برمَّتها، التي هي معرفة الراصد المتراكمة، التي هي الماضي. صـحيح؟ إذن فإنك حين ترصد، ينظر الراصد إلى تلك الزهرة بعيون الماضي. وأنت لا تعرف كيف تنظر من دون الراصد، وبالتالي، تستجلب النزاع.

إذن فسؤالـنا الآن هـو: هـل تستـطيع أن تنـظر، لا إلـى الـزهرة وحـسب، بـل إلى حياتك، إلى بَرَحك، إلى يأسك، أساك – هل تستطيع أن تنظر إليـه دون تسميته دون أن

تقول لنفسك: يـجب أن أتخطَّاه، يـجب أن أقمـعه - "أن تنـظر إليه وحسـب من دون الراصد؟ افعلْ ذلك، أرجوك، ونحن نتكـلم الآن. أي خُذْ ميلك الخاص، أو خُذِ الحسد. أنت تعلم حقَّ العلم ما هو الحسد، أليس كذلك؟ هذا أمـر مألوف جداً عندك. الحسد هو المقارنة، قياس الفكر، مقارنة ما أنـت بما ينـبغي أن تكون، أو بما تود أن تـصير. إذن فـأنت تـعلم مـا هو الحسد - فانـظر إليه وحسب. أنـت تحسد جارَك الذي يملك سيارة أكبر أو بـيتاً أفضل. أي إنك تقارن نفسَك به، وبهذا يولد الحسد؛ أنـت تعرف مـاهية ذلك الشعور. فهل في مقدورك النظر إلى ذلك الشعور دون أن تقول إنه صواب أو خطأ، دون تسميته، دون أن تقول إنه الحسد، بل أن تنظر إليه من دون أية صورة؟ حينئذٍ فإنك تتخطَّاه. فبدلاً من أن تتصارع والحسد - أنك يجب أن تكـون أو لا تكون، أنك لا بـدّ من أن تقمعه - دون أن تتكبد ذلك كلَّه، ارصـدْ غضبَك، حسدَك، من غير أن تسِّميه. لأن التسمية الصراع هي حركة الذاكرة الماضية التي تبـرر أو تدين. أما إذا استطعت أن تنظر إليه من غير تسمية، ستحرص عندئذ على أن تتخطَّاه.

وإذن فلحظة تعرف إمكانية تخطِّي "الموجـود" تمتلئ بالطـاقة. صحيـح؟ فالمرء الذي لا يعرف كيفية تخطِّي "الموجود"، لأنه لا يعرف كيفية التعامل معه وبالتالي يخاف، فيهرب، إذ يرى تعذُّره - شخص كهـذا يخسر طاقة. إذا كان عندك مشكل، واستطعتَ حـلَّه، إذ ذاك تكون لديك طاقة. رجلٌ يتخبط في ألف مشكلة ولا يعرف كيف يتعامل معها يخسر طاقته. بالطريقة نفسها انظر إلى حياتك، مـا هي عليه: بشـعة، تافـهة، سطـحية، خـارقة العنـف - هذه كلها كلمات لوصف ما يجري فعليًّا. لا العنف في الجنس وحسـب، بـل والعنف الملازم للسلطة والمنصب والنفوذ. انظر الآن إلى الأمـر بعينين لا تتقـافز فيهـما الصورُ على الفور.

تلك هي حياتك، إذن فانظر إلى حياتك التي فيها ما تسمِّيه حـباً. ما هو الحب؟ لـسنا نناقش النظريات عما يجب على الحب أن يكونه بل نرصد ما نسمِّيه حبًّا "أحـب زوجتي". لا أدري ما تحبون، وأشك إنْ كنتم تحبون أيِّ شيء على الإطلاق! هل تعرفون مـا يعنيه الحب؟ هـل الحب هو اللذة؟ هل الحب هو الغيرة؟ هل يستطيع رجلٌ طَمـوح أن يحب؟

- قد يضاجع زوجته وينجب بضعة أطفال. والرجل المكـافح ليغدو شخصاً هاماً في السياسة أو في عالم الأعمال، أو في العالم الديني، حيث يود أن يصير قديسًا، حيث يـــود أن يـصير عديم الرغبات - ذلك كله جزء من الطموح، العدوان، الرغبة. هل يستطيع رجـل تنافسي أن يحب؟ وأنتم جميعًا تنافسيون، أم لستم كذلك؟ - وظيفة أفضل، منصـب أفضل مـنزل أفـضل، أفـكار أنبل، صور أكمل عن نفسك - أنتم تعرفون كلَّ ما تعانون. فهل هذا هو الحب؟ هــل يمكن لك أن تحب وأنت تكابد هذا الاستبداد كلَّه، حين تستطيع أن تسيطر على زوجتكَ أو أنتِ على زوجكِ أو عــلى أطـفالك؟ حين تـسعى إلى السلطة، هل ثمـة إمكان للحب؟

وإذن، فبنفيِ ما ليس حبًّا يكون الحب. هــل تفهمون، أيها السـادة؟ عليكم أن تـنفوا كل ما ليس حبًّا. أي: لا طموح، لا تنافس، لا عدوان، لا عنف، لا بالقول ولا بالفعل ولا بالفكر. حين تنفي ما ليس حبًّا، إذ ذاك تعرف ماهية الحب والحب شيء عاتٍ، شيء تشعر به شعورًا قويًّا جدًّا. الحب ليس اللذة. لذا فعلى المرء أن يـفهم اللذة - لا أن يـصبو إلى حبِّ أحدهم، بل أن يفهم اللذة. فإذا استطعت أن ترصد حياتَك ستكـتشف بنفسك ماهية الحب. لأن ذلك ينطوي على شغف عظيم. ليس شهوة، بل شغف. وكلمة "شغف " أصلها من "شُغاف "أي وجـع شَغاف القلب. فهل تعرف ما يعنيه الوجع؟ - ليس كيفية الهروب مــن الألم أو التصرف حيال الألم، بل التألم، مكابدة وجع هائل في البــاطن. إذ ذاك، حيـن نتوقف كــل حركة فرار من ذلك الوجع، ينبع مــن ذلك شغفٌ عظيم، هو أقصى الحب.

بنية الجسم تمضي فعلاً، تبلى، كما في الشيخوخة، - وهذا طبيعي. وفـــي الإمكان أن تدوم مدة أطول، بحسب أسلوب العيش الذي يعتمـده المرء. إذا كانت حـياتك سـاحة معركة من اللحظة التي تولد فيها إلى أن تـموت فإن جسمك يبلى في سرعة أكبر. قلبك يعاني التوتر، ومن خلال التوتر الانفعالي يضعف القلب. هذه حقيقة مـؤكدة. وحين يكون المرء نشيطًا، لا بدّ من زوال الخوف حتى يكتشف مـعنى الموت ومغـزاه. وأكثركم يرتـعب من الموت، يرتعـب من ترك الأشـياء الـتي عـرفها، يـرتعب من مغادرة أسرته، الأشياء التي

راكَمَها، من التخلّي عن معرفته، كتبــه، مكتبه، - مــن كلِّ ما جمعه والذهن، الذي هو الفكر، إذ لا يعرف مـا سوف يحدث بعد الموت، يقول: "لا بدّ من وجود نوع مختلف من الحياة، لا بد من استمرار الحياة في صورة ما" - "حياتي"، حيـاتكم الفردية. ومن ثم تشيدون بنيان الاعتقاد بالعَوْد للتجسد [**التقمص**] برمَّته، ألستم تفعلون؟ هل سبق لـكم أن نظرتم في ماهية التجسد؟ ما هو الشيء المقدّر له أن يولد من جديد في الحياة المقبلة؟ - مـراكـمتكم للمـعرفة كـلها، أفكـاركم كلها، النشاطـات كلها، الـخير أو الشر أو الأشـياء القبـيحة التي فعلتموها كلها. لأن ما تفعلونه الآن سـوف يـرتد عليكم فـي العـمر المـقبل. صحيح؟ ألستم تؤمنون بهذا كلِّه؟ ما أن ما يهم، إذا كـنتم تـصدِّقونه حـقًّا، هو ما تفعـلون الآن، كـيف تتصرفون الآن، مـا هو سلوككم الآن، لأنكم في العمر المقـبل سـوف تـؤدون ثمنه - على افتراض أنكم مؤمنون بهذا كلِّه، مؤمنون بـ "*كرما*."

إذا كنتَ واقعًا حقًّا في شِبـاك هذا المعتقد، إذ ذاك يجب أن تولي انتباهاً تاماً لحياتك الآن، لما تفعل، لما تفكر فيه، لكيفية معاملتك الآخر. لكنك لا تؤمن إيمانًا بهذه الشَسَاعة بهذا العمق. إيـــمانك مجرد سلوى، مهرب، كلمة عديمة القيمة. لـذا فاكتشـفْ ما يعنيـه الموت، ليس جسمانيا، بل عن كلّ ما هو معلوم - عن أسرتك، عـن تعلقك، عـن سائر الأشياء التي راكمتها: الملذات المعلومة، المخاوف المعلومة؛ مُتْ - بحيث يـصبح الـــذهنُ نَضِراً، فتيًّا، وبالتالي، بريئًا. إذن، هناك تجسد، ليس في الحياة التالية، بل في اليوم التـــالي. الــتجسد في اليوم التالي أهم بما لا يقاس منه في المستقبل، بحيث يكون ذهنك مدهش الـبراءة. كلمة "براءة" تعني ذهناً معافى، صحيحًا من كلِّ علَّة. هـــل تفهم جمال الأمر، يـا سـيدي؟ - ذهن صحيح أبدًا من العلل. ومثـــل هذا الذهن ذهنٌ بريء. لذا فإن الذهن المعتل لا بدّ أن يموت عــن العلل كـلَّ يوم، بحيث يستيقظ في الصباح التالي عن ذهــن نَضِر، رائق لا شائبة فيه، بـــريء مـن النـدوب كلِّها. تلك هي طــريقة العيـش الحق. إنها ليست نظرية؛ وعليك أن تقوم بها بنفسك.

لذا لا بدّ من فهم المرء نـفسه فـهماً تاماً، لا بدَّ من وجود هذا النظام الذي ليـــس عادةً، الذي ليس ممارسة، الذي ليس تربية لأية فضيلة. الفضيلة تتوجد كزهرة طيبة حين

تفهم الفوضى في حياتك. فمن الفوضى يأتي النظام. وإذ ذاك يمكن لـك أن تبدأ في تقصِّي ما سعى الإنسان في طلبه طوال قرون متوالية. ما فتئ الإنسان يطلـبه، محاولاً اكـتشافه. لكنك لا تستطيع أصـلاً أن تفهمـه أو تقـع عـليه إذا لم تكن قــد وضعتَ الأساسَ في حياتك اليومية.

وإذ ذاك يمكن لنا أن نسأل ما هو التأمل، ليس كيفية التأمل أو ما هي الـــخطوات الواجب اتخاذها للتأمل، أو ما هي المناهج والطرق الواجـــب اتباعها للتأمل، لأن المـناهج كلَّها، الطرق كلّها تجعل الذهن آليًّا. أتفهم، يا سيدي؟ التأمل هو أروع الأشياء إنْ كنت تعرف معنى ذهن يكون "في التأمل" – وليس كيفية التأمل. سوف نـرى ما ليس التأمل. أتفهم؟ إذ ذاك سوف تعرف ما التأمل وما ليس إياه.

عبر النفي، تقع على الإيجابي؛ لكنك إذا سعيتَ وراء الإيجابي فسيقودك إلى طـــريق مسدود. نقول إن التأمل ليس ممارسة أيِّ منهج. تعرفون أناسًا يجلسون وينتبهون إلى أصابع أقدامهم، أو أجسامهم، أو حركاتهم – المران، المران، المران؛ الآلة تستطيع أن تفعل ذلـك. لذا لا يمكن للمناهج أن تكشف عن جمال الشيء المسمَّى بالتأمل، عن عمقه وعن روعته.

كذلك ليس التأمل هو التركيز. حين تـركِّز أو تحاول أن تركز، ففي ذلك التركيز هناك الراصد والمرصود. وإذن، لا منهج ثمة، لا طـريقة، لا تركيز – والذهن الذي فهم هذا كلِّه عبر النفي يصير فائق السكون سكونًا طبيعيًّا.

وفي ذلك، ليس ثمة راصد حـقَّق نوعًا ما مـن الصمت. فـفي ذلك الـصمت هـناك إخلاء للذهن من الماضي كلِّه. ومـا لـم تـفعل هذا فـي حياتك اليومية فلن تفهم روعته، لطافته، جماله. عليك به، ولا تكتفِ بتكرار ما يقوله المتكلم. لأنك إذا كررتَ يـصير الأمر، پروپاگاندا [**دعاية**] – وهي كذبة.

وإذن حين يتصف الذهن بهذا النظام التام النـظام الرياضي – وهـذا النظام انوجد إيجادًا طبيعيًّا عبر فهم الفوضى في حياتنا اليومية – إذ ذاك فإن الذهن يصير خـــارق الســكون. ولهذه السكينة فضاء شاسع، وليست هدوء غرفة صغيرة. إنها ليست هدوء أو صمت انتهاء

الضجيج. الذهن الذي فهم مشكلة الوجود هذه برمَّتها - الحـــب والموت والعـيش جمال السماوات، الأشجار الناس الجمال الذي أنـــكرَه جميعُ مــرشديكم الدينيين (ولهذا تدمرون أشجاركم، تدمرون الطبيعة) - سيعرف ماذا يحدث في ذلـك الصمت. لا أحد يستطيع أن يصفه. ومَن يصفه لا يعرف ما هو. أمر اكتشافه منوط بك أنت.

بنگلور، ٣١ كانون الثاني ١٩٧١

الخطوة الأولى هي الخطوة الأخيرة[2] فــي التأمُّل والبراءة

أمرٌ واحدٌ بيِّن نوعاً ما، ألا وهو أننا يجب أن نغيِّر طريقةَ عيشنا تغييراً كـليًّا. يجب أن تتمّ ثورةٌ جذريةٌ عميقةٌ في حياتنا، ثورةٌ ليست سطحية، اقتصادية أو اجـتماعية، وحسب، ليست قَلْبًا للمؤسَّسة القائمة لإحلال مؤسَّسة جديدة محلَّها، بل علينا أن نـــهتم للكيفية التي يستطيع بها الذهنُ البشري، المشروط إلى هذا الحد، أن يكابد تحولاً جـذريًّا، كيف يمكن له أن يحيا ويعمل ويشتغل في بُعد مختلف كليًّا. هل يمكن لطفرة في خلايا المخ بالذات أن تتم؟ تلك مسألة أولى، وأرى أنها المسألة الكبرى، لأننـــا نستجيب لكلِّ تحدٍّ بالمخ القديم، المخ القديم التقليدي، الاعتيادي، الآلي، الذي تمَّ إشراطُه طوال ألوف السنين. إنما الحياة تحدٍّ دائم نستجيب لـه بالمخ القديم والاستجابة آلية، أنانية، استــجابة متمركزة على الذات. وحين نسأل عن إمكان أن تكابد هذه الخلايا المخية بالذات تحـولاً جذريًّا، طفرةً، علينا أن نتقصَّى خاصية الذهن الذي يستطيع أن يدرك من غير أيِّ نوع مـن الجهد، من غير قمع أو محاكاة أو امتثال.

أما وإننا الآن، كما قلنا، نتشارك في المشكلة سوية، فما من مرجعية تأمرك بما ينبغي أن تفعل، ما من منهاج جديد للتأمل. حين تتخذ للتأمل منهاجًا فإن التأمل لا يعود تأملاً، بـل مجرد تكرار آلي – وهذا لا طائل تحته تمامًا ولا معنى له على الإطلاق. لدى أغلب الناس، ولاسيما في آسيا، بما فيها هذا البلد، مفهوم عن ماهية التأمل. لقد قيل لهم كيف يتأملون، ماذا يفعلون، وهلم جرا. ليتكم ترون أن المتكلم لم يقرأ أيـة كتب حول هذا كلِّه، ليس عنده أي منهاج؛ كان عليه أن يكتشف الأمـر بنفسه، كان عليه أن ينسخ كـلَّ شيء سبق أن

[2] محاضرة كريشنامورتي العامة الخامسة في الهند. والعنوان من تدخلنا. (المترجم)

قيل له. لا يجوز لــه أن يكّرر شيئًا لم يدركه بنفسه، لم يَحْيَه بنفسه؛ يجب ألا يكرِّر أبــدًا في الحياة شيئًا قاله سواه فـيما يخص التأمل وفـيما يخص أية أمور روحية، ألا يــكّرِر أبدا ما سمعه أو قيل له. وإذا كـنت تنوي أن تفعل الشيء نفسه، أي أن لا تكّرر أبدًا ما لم تدركه بــنفسك، ألا تـجزم أبدًا بما قاله آخرون حـول الأمـر أو تصـوغه، إذ ذاك يمكن لنا أن نتواصل، أن نتشارك سوية في هذه المسألة. فلكي يكتشف الـذهنُ ماهيةَ الحقيقة، عليه أن يكون حـرًّا تمامًا من كلِّ محاكاة أو امتثال أو خوف؛ وإذ ذاك فقط يستطيع أن يرى، أن يدرك الموجود.

لـكي نفهم، إذن، ما هو التأمل يجب علينا أن نكتشف ما ليس إياه. لأنك بنفيك مـا لــيس موجودا ما هو زائف، تكتشف بنفسك ما هـو حقيقي. لكنك إذا اكتفيت بقبول ما قاله آخرون – ولا يهم مَن هم، بمن فيهم المتكلم - إذ ذاك فأنت تمتثل وحسب؛ وأنـت تمتثل لأنك تأمل أنك، من خلال الامتثال، من خلال الطاعة، من من خلال ممـارسات بعينها، سوف تختبر شيئًا، خارقًا، سوف ترى رؤيا مـا، أو تتحلَّى بقدرات عظيمة، وهــلم جرا. لكنك إذا كنت جديًّا، إذ ذاك يمكن لنا أن نتشارك في فحصنا في، تحرِّينا، حتى نقع على حــالة ذهنية، على خـاصية ذهنية حـرة تمامًا، على ذهن غير آلي، غير تكراري، ذهن سـاكن سكونًا تامًّـا من غير أيِّ شكل من أشكال القمع، من غير أيِّ جهد، من غير أية ممارسة.

لــكي يُكتشَف ما ليــس التأمل إياه، يجب أن يوجد أولاً، فـهمٌ أو تعلُّم عن الذات، "**الأنا**"، "**الأنا**" بذاكراتها ومجازعها ومخاوفها ومـطامـحها كلِّها، بأفراحها وملذاتها الجنسية، "**الأنا**" التي تفصل نفسها عن "الأنت"، و"الأنت " مع "أناك" التي تفصل نفسها عن سواها. وهــذا الفـهم يجب أن يكون فـهمًّا للنفس، ليس بـحسب أيِّ أحد، ليس بحسب أيِّ فيلسوف، أيِّ عالم نفس وأنــت حتمًا لا تستطيع أن تفهم نفسك في وجود أيِّ شكل من أشكال الإدانة، أيِّ شكل من أشكال التبرير. فحتى تتعلم عن نفسك، حتى ترى نفسك كما أنت، لا كما تود أن تكون، لا بدّ من وجود الإدراك.

من الضروري للمرء مطلقًا أن يفهم نفـسه، لأنه من غير ذلك الفهم للنفس لا أساس ثمة للتقصِّي. إن فهمك نفسَك ليس فهم "الذات" الدائمة، الروح المزعومة، *آتمن*[3] أو الذات العليا. فهمُك نفسَك يعني فهمَ حياتك اليومية، طريقة كلامك، الدوافع، المطامح، المخاوف، الجزع، الرغبة في النفوذ، في المنـــصب، النزاعات المتنوعة. فذاك هو "أنت". عليك أن هم ذلك لأن من ذلك الفهم ينبع العملُ الصالح، ومن غير ذلك العمل الصـالح، مـن دون ذلك الأساس الـحقيقي، يصير التـأمل تنويمًا ذاتيًّا. ذلك ضروري مطلقًا، لا لأن المتكلم يقول به، بـــل لأنك تستطيع أن ترى منطقيًّا علَّة ضرورة فهمك نفسَك؛ لأنه إذا كان في نـــفسك أي شكل مـــن أشكال التناقض، أي شكل من أشكال الخوف، أية خاصية من خـاصيات الطموح أو الـــتنافُس أو الحسد، كيف يمكن لمثل هـذا الذهن أن يـكتشف شيئًـــا ليس من ذاته أو أن يقع عليه؟ ألا ترى أن العقل، المنطق، يقول لك إن عليك أن تفهم نفسك أولًا ولا تتهرب منها. عليك أن تعرف نفسَك، وفـــي هذا مكمن واحـدة من صعوباتنا، وهي أن المرء، حين يتعلم شيئًا عن نـفسه، حين يرصد خواطره، دون أن يسيطر عليهـا أو يقمعها، ينبثق السؤال عن هوية الراصد.

إذا توغَّلنا في مسألة التأمل هذه وفي مسألة كيفية الحياة من غـير أسى، من غير نزاع، في كيفية الحياة حياةً ثرَّة، غنية، ذات معنى في حدِّ ذاتها، عـليك أن تفهم هذه المسألة، ألا وهي: مَن هو الراصد الذي يتعلم؟ أنا أراقب نـفسي – أراقب كلامي، طريقة حديثي، حركاتي، فظاظي عنفي، لطفي، – معركة الحيـاة برمَّتها هذه. أما وإني أراقب، هل المراقِب مختلف عن الشيء الذي يراقبه؟ في عبارة أخرى، المراقِب الذي يقول: "أنا أتعلم عن نفسي" – هل هو مختلف، دخيل، يراقب ما يحدث؟ أتراك تفهـــم السؤال؟ هل المراقِب مختلف عن الشيء الذي يراقبه، أم أن كلاهما شيء واحد؟ هل المراقِب، الرقيب، الشخص الذي يقول: "أنا أراقب نـفسي" – هل ذلك الكيان مختلف عن الشيء الذي يراقبه، أم أن الراصد هو المرصود؟

سوف تجد، فيما أنت تـراقب، أن الراصد هو المرصود، أن الاثنين ليسا منفصلين. لذا

[3] الذات أو النفس العليا أو الروح الفردية في الحكمة الهندية. (المترجم)

ليس ثمة حسٌّ بالتناقض؛ لذا ليس ثمة حسٌّ بالقمع أو بالسيطرة. كـلاهما واحد. مـرة أخرى، هذا معقول، منطقي. لستَ مـضطراً إلى قبـوله من أيِّ أحد؛ تستطيع أن تستيقن منه بنفسك. ليست هناك "ذات" عليا تراقب الذات الدنيا. وحين تفحص عن كلِّية هـذا الرصد الذي تتعلم منه، ستجد أن الراصد هـو المرصود. الرجل الغاضب **هو** الغضب بعينه؛ الكيان الذي يقول بوجود روح، بـوجود *آتمن*، بـوجود ذات عليا، هو جزء من الفكر. لذا فالمهم أن يتعلم الـمرء عن نفسه مـن دون الـرقيب. عندما أنت، الرقيب، تقول: "افعل هـذا، لا تفعل ذاك، هـذا، غـلط، ذاك ليس غلطًا"، إذ ذاك فأنت تراقب. إنه إشراطك السابق، تقليدك، ذاكرتك السـابقة تتدخل في الـرصد. تراك تـرى هذه الحقيقة البسيطة؟ عليك أن تتعلم عن نفسك، وإلا فليس لديك أيُّ أساس كان للإدراك الجلي.

ومن ثـمَّ من هذا تنبع مسألةُ الانضباط. النـاس يجزمون بأنك يجب أن تنضبط، أن تسيطر على نفسك أن تمسك نفسَك. تعلم أن هذا مـا نُدرَّب على فـعله منذ الطـفولة، من الكتب التي تقرؤها وغيرها، أنك يجب أن تسيطر على نفسِك، تضـبطها، تقولبها بحـسب نموذج. غير أن "الانضباط" يعني التعلم؛ الكلمة نفسها تعنى التعلم وليس الامتثال أو الطاعة. فعل التعلم نفسه هو انضباط. فإذا كان عليَّ أن أتـعلم عن نفسي من دون الراصد، إذ ذاك فإن ذلك الرصد بعينه يـُحِلُّ نظامَه. النظام، على كلِّ حـال، ضروري؛ وذلك النظام قد تُرجِم إلى انضباط. النظام ضروري إذن؛ وهذا النظام لا يـمكن إحلالُه بأيِّ شكل من أشكـال القَسْـر أو باتِّباع نمـوذج. لا يسـود النظام إلا عـندما تكون قد رصدتَ ماهية الفوضى؛ أي أنك تعيش في فوضى؛ حياتك في فوضى؛ حياتك في تناقض؛ إنها فوضوية، مشوشة.

لكنك بتعلمك عن نفسك تُحِلُّ النظام. لذا عليك أن تـجد بـنفسك كـيف ترصد نفسَك، ترصد من غير الراصد، حيث الراصد هو الكيان الذي يدين، يحاكم، يقيِّم، ينكر؛ إنه الرقيب الذي هو الماضي. إذن عليك أن ترصد من دون المـاضي. أي أن عـليك، حـين تنظر إلى وردة، أن تنظر إليها من دون الصورة التي لديك عـنها، أو من دون الكلمة التي لديك التي

هي "الوردة". فذلك يُحول دونك والنـظر إلى الوردة. هـل تسـتطيع أن ترصـد من دون الكلمة؟

إذ ذاك، ما هو التأمل؟ ما هي خاصية الذهن الذي هو في حال تأمل؟ سوف نتشارك سوية؛ وهذا لا يعني أننا سوف "نتأمل معًا"، وهـو مرة أخرى، هراء في هراء. عليك، قبل كلِّ شيء، أن تفهم هذه المسألة. أصـغِ وحسـب، من دون محاكمة، من دون موافقة أو مخالفة من دون أن تمنّى فهـم ما يقال؛ فقط أعِرْ انتبـاهك كاملاً لما يقال. إذا أعـرت اهتمامَك كاملاً لما سيقال فإن حالة الانتباه هذه بالذات هي التأمل. أتفهم؟ سوف نتوغل في الأمر. أصغِ فقط. المتكلم لا يُمَسْمِرُك[4]، المتكلم لا يقول لك ما يجب أن تعل، المـتكلم يـحاول أن يبيِّن حقـائق معينة، ليس بحسب رأيه أو بحسب حُكْمه، حقائق تستطيع أنت والمتكلم أن تكتشفاها، ليس في موعد مقبل، بل الآن باستعمالك عقلك، المنطق.

أتعلمون أن هذا الأمر من أشق الأمور صـياغةً في كـلمات؟ - لأن عـلى المـرء، كما ترون، أن يفهم طبيعة الفكر وبنيته. وهذا جزء من التأمل افهمْه، لأنك إذا لم تفهم ماهية الفكر فإنك تكون في نزاع دائم مع الفكر. لا أدري حقًّا من أيـن أبدأ هـذه القضية برمَّتها، لأنها أمر شديد التعقيد، وسوف ننظر فيه سـوية. وسـيان عـند المتكلم إن كنتَ تفهم ما سيقوله أو لا تفهمه، أصغِ وحسب.

أول خطوة هي آخر خطوة، الخطوة الأولى هي خطوة الإدراك الجلي، وفعل الإدراك الجلي ذاك هو الفعل الأخير. حين ترى خطراً، ثعبانًا، فإن إدراكك بعينه هو العمل التام. هـل تتابع؟ الآن قلنا إن الخطوة الأولى هي الخطوة الأخيرة. الخطوة الأولى هي الإدراك، إدراك ما تفـكِّر فيه، إدراك طموحك، إدراك جزعك، عزلتك، يأسك، إحساسك الخارق بالأسى هذا، - أدرِكْــه، من دون أية إدانة أو تبرير، مــن دون تمنٍّ بأن يــكون مختلفًا. إدراكه وحسب، كما هو، فحين تدركه كما هو، إذ ذاك فإن نوعًا مختلفًا تمامًا من العمل يتم، وذلك العمــل هو العمل النهائي. صحيح؟ أي أنك حين تدرك شيئًا بوصفه باطلاً أو بوصفه

---

[4] أي ينـوِّمك مغناطيسيًّا، نسبة إلى الـطبيب الألمـاني فرانتس أ. مِسْمِر (١٧٣٤-١٨١٥)، مكـتشف "المغناطيسية الحيوانية ". (مترجم)

حـــقًّا فإن ذلـك الإدراك هو العمل النهائي، الذي هو آخر خطوة. صحيح؟ الآن أصغ إلى الأمر. أدركُ بطلان اتّباع شخـص آخر، تعليمات شخص آخـر، - كرشنا، بوذا، المسيح، لا يهم مَن يكون. أرى أن هناك إدراك أو حقـيقة أن اتّباع شخص باطل بالكلية. صحيح؟ لأن عـقلك ومنـطقك وكـلَّ شيء يشير إلى مـقدار لامعقولية اتّباع أحدهم. الآن ذاك الإدراك هو الخطوة الأخيرة؛ وحين تدرك ذلك تتركُه، تنساه، لأن عليك في الدقيقة التالية أن تدرك من جديد، وهذا مرة أخــرى هو الخطوة الـنهائية. إذا لم تتخلَّ عماَّ تعلمتَ، عمّا أدركت، إذ ذاك فـهناك استمرار في حركة الفكر؛ وحركة الفكر واستمراره هو الزمن. وحين يقع الذهن في شرك حركة الزمن هناك عبودية.

إذن هذه واحدة من مـــشكلاتنا الكبرى - مشكلة إنْ كان الذهن يستطيع أن يتحرر من الماضي، من حسـرات الماضي، ملذات المـاضي، الـذاكرات، الـذكريات، الحوادث والتجارب، جميع الأشياء التي راكَمَها المـرء، المـاضي، الذي هو **"الأنا** "أيضًا" **.الأنا** "هـي المـــاضي. والآن، الفـكر يضفي استمرارًا على شيء تمَّ إدراكُه في جلاء، وإذ لا يتمكن من تنحيته، يضفي عليه استمرارًا يصير الوسيلة لإدامة الفكر.

وقعـت لك حادثةٌ مفرحةٌ بالأمس. وأنت لا تنساها، لا تتخلَّى عنها، تحملها معك تفكر فيها. إن مجرد التفكير في شيء من الماضي يضفي اسـتمرارًا على الماضي. لذا ليس ثمة إنهاءٌ للماضي. هل تراك تتابع هـذا كلَّه؟ لكنك إذا أدركـت أنك عشت حادثةً خارقةً، مفرحةً للغاية، بالأمس، شاهِدْ ذلك، أدرِكْه، وأنهِه إنهاءً تامًّا، لا تحملْه معك، - إذ ذاك لا يكون ثمـة استمرار بوصفه الماضـي الذي ابتناه الـفكر. لذا فـإن كلّ خطوة هي آخر خطوة. هل تدرك ذلك؟

بذا فإن علينا أن نتوغل في مســألة إنْ كان الفكر الذي يضــفي استمرارًا على الــذاكرة بوصفها ذاكرة - والذاكرة هي الماضي -، إنْ كان بمستطاع الفكر أصلاً أن يبــلغ نـهايته، لأن هذا جزء من التأمل. إنه جزء من طفرة كلّية في خلايا المخ نفسها؛ لأنه إذا كـان ثمة استمرار في حركة الفكر فهو تكرار القديم، لأن الفكر هو الذاكرة، الفكر هو استجابة الذاكرة، الفكر هو التجربة، الفكر هو المعرفة.

مسألتنا، إذن هي الـتالية: الفكر يديم نفسه دومًـا عبـر التـجربة، عبر الـتكرار الدائم لذاكرات بعينها. المعرفة دومًا في الماضي، وحين تعمل وفقًا للمعـرفة، فإنك تضفي استمرارًا على الفكر. لكنك في حاجة إلى المعرفة للعمل تكنولوجيًّا. انـظر إلى صـعوبة الأمــر. لو لم تستعمل الفكر لما كان في مستطاعك أن تعود إلى البيت، لما كان في مستــطاعك أن تعمل في مكتب. عليك أن تكتسب المعرفة؛ لكن انظر أيضاً إلى أهمية، إلى خطر الـذهن الواقع في شرك حركة الفكر الدائمة، وبالتالي لا يرى شيئًا جديدًا أبدًا. الـفكر قـديم دومًا، الفــكر مشروط دائمًا، ليس حرًّا أبدًا، لأنه يعمل وفقًا للماضي. لذا فإن السؤال هو: كيف يـمكن لحركة الفكر هذه، التي هي على مستوى أول ضرورية مـطلقًا للأداء أداءً مـنطقيًّا، عاقلاً، صحيًّا -، كـيف يمكن لحركة الفكر هذه أن تــبلغ نهايتها، بحيث يستطيع الإنسان أن يدرك شيئًا جديدًّا كليًّا وأن يحيا حياة مختلفة كليًّا؟

المقاربة النقلية لهذه المـسألة هي: سيطرْ عليه، أمسكْ به، أو تعلَّمْ التركيز. صحيح؟ وهو مرة أخرى شيء غير معقول لأنـه مَـن المـسيطر؟ أليس المسيطر جزءًا من الفكر، جزءًا من المعرفة التي تقول إنك يجب أن تسيطر؟ أي أنك عُلِّمتَ أن تسيطر. إذن هناك طريقة لرصد الفكر من دون أية سيطرة، من دون إضفاء استمرار عليه، لكن بالرصد حتى ينتهي. هــل فهمتم سؤالي؟ لأنه إذا كان الـفكر يـستمر فـإن الذهن لا يــهدأ أبدًا؛ وفقط حين يسكن الـذهن سكونًا تـامًّا ثمة إمـكان للإدراك. تحققْ من منطقية الأمر، أي من أنه إذا كان ذهني يلغو، يقارن، يـحاكم، يقول: "هذا حق"، "هذا باطل"، فإني لا أصغي إليك. فـحتى أصغي إليك، حتى أفهم ما تقول، يجب أن أوليك انتباهي، وفي إيلاء المرء انــتباهَه كاملاً يكون ذاك الانتباه بعينه هو الصمت. صحيح؟

يـرى المرء في جلاء أن الصمت ضروري ضرورةً تامة، ليس على المستوى السطحي وحسب، بل على أعمق المــستويات؛ عند جذر وجودنا بعينه يجب أن يستتب صمتٌ تام. كيف يمكن لهذا أن يــحصل؟ إنــه حتمًا لا يحصل في وجود أيِّ شـكل مـن أشـكال السيطرة، لأنه عندئذٍ يوجد نزاع، لأنه عندئذٍ يوجد المرء الذي يقول: "يــجب أن أسيطر"، ويوجد الشيء الذي يجب السيطرة عليه. وفي ذلك هناك انقسام وفي ذلك الانـقسام هناك

نزاع. بالتالي، هل من الممكن للذهن أن يكون فارغًا وساكنًا فراغًا وسكونًا تامّين، ليس في استمرار، لكن في كلِّ ثانية؟ ذاك هو الإدراك الأول: أن الذهن يجب أن يكون ساكنًا سكونًا تامًّا، إدراك ذلك، وحقيقة هذا الإدراك، ورؤية حقيقة هذا الإدراك هي الخطوة الأولى والأخيرة. وإذ ذاك يجب إنهاء ذاك الإدراك، وإلا فإنك تحمله معك. لذا فإن الذهن يجب أن يرصد، يجب أن يعي، وعيًا من غير اختيار، كلَّ إدراك، ويجب أن يكون ثمة إنهاء لذاك الإدراك إنهاء آنيًّا: الرؤية والإنهاء. هل تراك تتابع هذا كلَّه؟ بذا فإن الذهن لا يحيا مع الفكر الذي هو استجابة الماضي ويضفي على ذلك الفكر استمرارًا في المستقبل الذي قد يكون الدقيقة التالية أو الثانية التالية والفكر هو استجابة الذاكرة التي هي بنية خلايا المخ بعينها. إذا اتفق لك أن ترصد نفسَك سترى أن مادة الذاكرة هي في خلايا المخ بعينها، وتلك الذاكرة تستجيب، وهذه الاستجابة هي الفكر. فالإحداث طفرة كلّية في خاصية الخلية نفسها، يجب أن يتم إنهاءٌ لكلِّ إدراك، لكلِّ فهم رؤية، فعل، ونأيٌ بعيدًا عنه، بحيث إن الذهن يدرك ويموت على الدوام، يدرك زيف قدما الحقيقة وينهيه ويمضي قُدُمًا من دون أن يحمل الذاكرة. صحيح؟

هذا كله، كما تعلمون، يتطلب إدراكًا هائلاً، حيوية، طاقة هائلة. والتوغل في هذا خطوة خطوة، كما فعلنا حتى الآن، من غير أن نفوِّت شيئًا، يقتضي طاقةً هائلة. فلنستكشف الآن كيف تنوجد هذه الطاقة. أنتم تفهمون سؤالي: نحن في حاجة إلى طاقة. إن قدومك إلى هنا وجلوسك هنا طوال ساعة وإصغاءك يتطلب منك طاقة. فعل أيِّ شيء يقتضي وجود طاقة، وهذه الطاقة يمكن لها أن تُبدَّد، أن تُستعمَل بطُرُق متعددة. لذا فإن السؤال هو: هل يمكن لهذه الطاقة اليومية العادية - الذهاب إلى المكتب، الاختصام، النكد، الاقتتال، الطاقة الجنسية، - هل يمكن الارتقاء بهذه الطاقة، هل يمكن الحفاظ على هذه الطاقة من غير أيِّ شكل من أشكال التشويه؟

تراكم تعلمون أن طاقتنا تُبدَّد في النزاع - النزاع بين أمّتين، النزاع بين رأيين النزاع بين الزوج والزوجة والأولاد، النزاع بين محاولة رؤية الله وبين قمع غرائزك كلِّها. هذا نزاع أيضًا، هذا تشويه. كيف يمكن للمرء أن يحتفظ بهذه الطاقة كاملةً من غير تشويه؟

فلنكتشف ذلك الآن، بتقصِّي ماهية هدر الـطاقة أو تبـديدها. قلنا إن النزاع، مهما كان شكله، هو تبديد للطاقة – النزاع بين الراصد والمرصود، بين المثال والواقع بين الموجود و"ما يجب أن يكون". والامـتثالُ لما كان ومحاولةُ حمل ما كان إلى الـحاضر أو إلى المستقبل، ذلك جزء من النزاع. بـذا فإن ذاك تشويه للـطاقة، وكل شـكل من أشكال النزاع يبدِّد الطاقة. صحيح؟ والمتديِّنون في العالم أجمع، الرهبان، *السنياسن*[5]، اليوكَيون، وسـائر القوم، جميعهم يقولون: "يجب عليك أن تسيطر، يجب أن تلبث على العزوبة، يجب أن تنذر الفقر". فعلامَ ينطوي ذلك؟ – على التراع، المزيد فالمزيد من النزاع، القمع، الامتثال، وتراك تظن أنك، عبر الامتثال والقمع وسائر أشكال الصراع مع نفسك أو مع سواك، سياسيًّا أو دينيًّا أو نظريًّا، سوف تحصل نوعا ما من الخبرة الهائلة.

لذا حين ترى الحقيقة، حين تدرك حقيقة أن أشكال النزاع كلَّها إنما هي تشويه، فإن ذاك الإدراك بعينه هو إنهاء للنزاع في تلك اللحظة؛ ثم انسَه، وابدأ من جديد. لا تقل: "لقد رأيت ذلك مرة وسوف أتمسك به". أتراك تتابع؟ فذلك يعني أنك تضفي استمراراً على الفكر، الذي هو الذاكرة – ذاكرة ما أدركتَه منذ بضع دقائق – وبـذلك تقوِّي خلايا المخ على مواصلة حَمْل ذاكرة الماضي هذه؛ وبالتالي، ليس ثمة تغيير جذري في بنية الذاكرة، في بنية خلايا المخ.

هناك مسألة طلب الخبرة هذه أيضًا. جميعهم يقولون إنك يجب أن تختبر شيئًا مـهولاً، شيئًا متجاوزاً. الآن، قبل كل شيء، لمـاذا تريد أن تختبر شيئًا يخترق العادي؟ لماذا تـريد أن تختبر شيئًا خارقًا للعادة؟ لسبب بسيط للغاية هو أنك سئمت خبـراتك اليومية، انتابك الملل: الاختبار اليومي للجنس أو الحرمان منه، الاختبار اليومي للغضب، وهـلم جـرا. لقد سئِمتَ هذا كلَّه وتراك تقول :"وحق الآلهة، لا بدّ أن هناك نوعاً آخـر مـن الخبرة". الآن كلمة "خبرة" بعينها تعني الفحص عن صحة الشيء والانتهاء منه، ولـيس جـرجرته مـعك. صحيح؟ ومَـن هو طالب الخبرة ذاك – الـكيان الذي يقول: "لقد سئمت هـذه الأشياء السـطحية كلَّها وأريد شيئًا أكـثر "؟ ذاك الكيان هو جزء من الرغبة في الحصول على المزيد

[5] النساك الزاهدون في متاع الدنيا في الطور الرابع من أطوار الحياة الهندية النقلية. (المترجم)

فالمزيد، وذاك الـكيان يُسقِط ما يريد. أنت، هندوسيًّا أو مسلمًا أو مســيحيًّا والله أعلم ماذا أيضًا، أنت، مشروطًا، تريد أن تختبر المسيح أو بوذا أو كرشنا أو مـا تـريد؛ ولسوف تختبر ما تريد، لأن ما سوف تختبر مُـسقَط من ماضيك، لأنـك مشروط كهندوسي. لـذا فإن "*نرڤاناك* [6]"، سماؤك، خبرتك، مستقبلك، يكون بحسب ماضيك الصغير القبيح.

وإن ذهنًا يطلب الخبرة، ذهنًا يـريد المزيد، ذهنٌ لم يفهم فهمًا كليًّا الموجود، الذي هو "**الأنا** "التي تشتهي هذا كلَّه. إن ذهـــنًا يطلب الخبرة ذهنٌ مشدود إلى الزمن، مشدود إلى الأسى؛ إذ إن الفكر هـو الزمن، والزمن هو الأسى. الآن هــل يسـتطيع الـذهن أن يكون يقظًا كليًّا من غير أية قضية تحدٍّ أو خبرة؟ ذلك أن أغلبنا يحتاج إلى مواجهته بـتحدٍ، وإلا خلد إلى النوم. صحيح؟ إذا لم تُتَحَدَّ لم تُساءَل، لم تُـنقَد كلَّ يوم، فـمن طبعك أن تخلد إلى النوم نوم الأبرار. فهل يستطيع الذهن أن يبقى علـى كلِّية يقظته بـحيث لا يحتاج إلى أية خبرة على الإطلاق؟ أتراك تتابع؟ وهذا لا يمكن له أن يحصل ما لم يفهم الذهنُ بنية الفكر وطبيعته برمتَّها. ثمة أشياء لا حصر لها يمكن الكلام عليها في هذا الصدد.

أهل النقل يقولون: "اقعد قائم الظهر، تنفَّس على هذا النـحو وذاك النحو، قِـفْ على رأسك طوال عشرين دقيقة". فماذا هذا كلـه؟ يعـــني تستطيع أن تـتخذ وضـعية القـعود الصحيحة، وظهرك قائم، وأنت تتنفس على الوجه الصحيح – *پرانایاما* [7] وسائر هذه الأمور – طوال العشرة آلاف عام التالية، ولن يدنيك ذلك قيد أنملة من إدراك مـــاهية الحقيقة، لأنك لم تفهم نفسَك مطلقاً: طريقة تفكيرك، طريقة عيشك، لم تُنْهِ أساك؛ ومع ذلك تريد أن تجد الاستنارة! لذا على المرء أن يتخلَّى عن ذلك كلِّه.

تعرفون أن هناك كرامات، سِدهي كما تسمَّى، يبدو أنها تغـري النـاس. إذا كنـــت تستطيع أن ترتفع في الجو، إذا كنت تستطيع أن تقرأ الفكر، إذا كنت تستطيع أن تـؤدي بجسمك جميع أنواع اللَّي والفتل، يبدو أن ذلك يبهر الناس، لأنك بذلك تحصل علـى شيء

[6] النيرفانا، بحسب البوذية، هو "انطفاء "الرغبة، وقود استمرار الأنا. (المترجم)

[7] الذراع الرابعة من أذرع "اليوكا الملكي "(راجا يوكا) الثـمانية، المختصة بـرياضة التنفس؛ يلي ذراع آسـنا الثالثة المختصة بالوضعيات البدنية. (المترجم)

من النفوذ والهيبة. غير أن هذه القدرات كلها أشبه بالشموع في ضوء الشمـس، أشــبه بضوء الشمعة حين تشرق الشمس بنورها؛ لذا فهي غير ذات قيمة على الإطــلاق. إن لها قيمة بدنية علاجية ليس إلا.

كيف يمكن للذهن، من دون أن يتَّبع أيَّ منهاج، من غير أن ينصاع لأيِّ قَسْر، من غير مقارنة -، كيف يمكن لذهن طال به أمـدُ الإشراط يكـون فارغاً تماماً مـن الماضي؟ هل تفهمون معنى سؤالي؟ إفراغه تمامًا بحيث يرى رؤية جلـية، وما يراه رؤيةً جـليةً ينهيه، بحيث يتجدد على الدوام في الفراغ، أي يتجدد في البراءة.

الآن كلــمة "براءة" تعني ذهنًا بريئًا،ذهنًا لا يمكن إيذاؤه أبدًا. كلمـة "براءة" مشتقة من كلمة لاتينية تعني "غير قادر على التأذي"؛ لكن أغلبنا يتأذون، يتأذون من جراء جميع الذاكرات التي راكَمْناها من حول تلك الأذيات، من ندمنا، أشواقنا، عزلتنا. ومخاوفنا جزء من هذا الإحساس بالتأذي. مـنذ الطفولة ونحن نتـأذى، عن وعي منَّا أو عن غير وعي. فكيف يمكن لك إفـراغ ذلك الأذى كلَّه، من غير أن يستغرق هذا وقتًا، فتفهم، من غير أن تقول: "تدريجيًّا سوف أتخلص من هذا الأذى"؟ لأنك حين تفعل ذلك، لن تنهيه أبدًا، وسوف تكون ميتاً بحلول نهايته. من هـنا فإن المسألة هي إنْ كان الذهن يستطيع أن يفرغ نفسه إفراغًا تامًّا، ليس عــلى المستوى السطحي وحسب، بل وفي قرارة وجوده نفسه، في جذوره بالذات. لأن المـرء من دون ذلك يعيش في سجن، يعيش في سجن السبب والنتيجة في عالم التغير هذا.

لذا عليك أن تسـأل هذا السؤال، أن تـطرح هذا السؤال على نفسك: هل بوسعْ ذهنك أن يكون فارغًا ماضيه كلِّه، محتفظًا من مـع ذلك بالمعرفة التكنولوجية، بمعرفتك الهندسية، بمعرفتك اللغوية، بذاكرة ذلك كلِّه، ومـع ذلك يشتغل اعـتبارًا من ذهـن فارغ تمامًا؟ إن إفــراغ ذلك الـذهن يحـصل حصولاً طـبيعيًّا، حصولاً لطيفاً من غير دعوة، حين تفهم نفسَك، حين تفهم ماهيتك. فـماهيتك هي الذاكرة؛ إنـها حزمة من الذكريات والخبرات والخواطر. حين تفهم ذلك، انظر إليه، ارصدْه؛ وحين ترصده، تـبيَّـنْ في ذلـك الرصد أنه ليس ثمة ثنوية بين الراصد والمرصود؛ إذ ذاك، حين ترى ذلك، سوف تـرى أنـه يـمكن

لذهنك أن يكون فارغًا تمامًا، منتبهًا، وفي ذلك الانتباه تستطيع أن تعمل بكلِّيتك، مـن غير أية تجزئة. ذلك كله جزء من التأمل – وليس مجرد الجلوس في زاويـة مدة خمس دقـائق يوميًّا والاستغراق في نزاعٍ أحمق ما مع نفسك، ليس فتل رأسك أو إمساك نَفَسك – فهذه الأمور كلها مـن شيـم الأطفال بمكان. إنها تشبه بالدقة ضوء الشمعة في نور الشمس!

والمسألة التالية هي إنْ كنت تفهم فهمًا كاملًا انقسام نفسك برمَّته - وليـس التكامل - تفهم كيف ينشأ هذا الانقسام وتناقُضه، وليس كـيفية لملمته. فـأنت لا تـستطيع أن تفعل ذلك. إن لملمته تنطوي على ثنويــة – الواحد الذي يـلملمه، يقـوم بالتكـامل، إلى ما هنالك. إذ ذاك، حين تفهم عن نفسك حقًّا، عميقًا، حتى القرار، فـتتعلم عن نفـسك، إذ ذاك تستطيع أن تفهم معنى الزمن، الزمن الذي يقيِّد يشد، الذي يجلب الأسى.

إذا مـضيتَ قُدُمًا إلى ذلك الحد – وذلك يعني أنك لم تمضِ بعيدًا من حيث المسافة بعيدًا من حيــث اللفظ، بعيدًا مـن حيث القيـاس –، إذا مـضيتَ حتى ذلك الحد، ليس من حيث الارتفاع أو العمق، إذا بلغتَ ذلك الرقي من حيث الفهم، بكلِّ ما فيه من امتلاء، إذ ذاك سوف تكتشف بــنفسك بُعدًا لا وصف له، لا كـلمة لـه، ليـس شيـئًا يُـشرى بالتضحية، لـيس في أيِّ كتاب، وليس بوسع أي كَورو[8] أن يــختبره أبدًا. فهذا يريد أن يلقِّنك عنه، عن كيفية بلوغه؛ لذا حين يقول" :لقد اختبرت ذاك وأعـرف مـا هو ذاك"، فاعلمْ أنه لم يختبره ولا يعرف ماهيته. مَن يقول إنه يعرف لا يعرف. لذا يجب على الذهن أن يكون حراً من الكلمة، من الصورة، من الماضي – وتلك هي أول خطوة وآخر خطوة.

٢٤ كانون الأول ١٩٧٠



[8] هو "كاشح العتمة"، الشيخ المرشد في الطرق الروحية الهندية. (المترجم)

حقل التجربة الإنسانية غير محدود، وفي وسع الوعي الإنساني أن يتسامى إلى ما لا نهاية، أو بالأصح، أن يحقق جوهره المطلق وينعتق من القيود التي تكبِّله كلِّها. إن إمكان تحقيق خبرة الانعتاق هذه كامن في كلِّ إنسان؛ لكن موهبة تحقيقها الكامل وإيصالها إلى الآخرين معطاة لقلَّة مباركة من بني البشر. وقد كان كريشنامورتي من أصحاب هذه الموهبة في أجلى معانيها، فاستطاع، بسبره العميق لطبيعة الإشراطات التي تحول دون الإنسان وتحقيق تجربة الانعتاق، أن يكشف لنا، في عمق الكائن البشري، عن ينبوع من المحبة والفطنة والإبداع لا ينضب. وتُعتَبر تعاليمُه اليوم واحةً حقيقية وسط صحراء المادية المتفاقمة من جهة والمثالية العاجزة عن تحقيق ذاتها، من جهة أخرى، الأمر الذي يجعلها تستحق، بحق، تبوأ منزلة رفيعة في التراث الروحي والفلسفي للإنسانية قاطبة.

